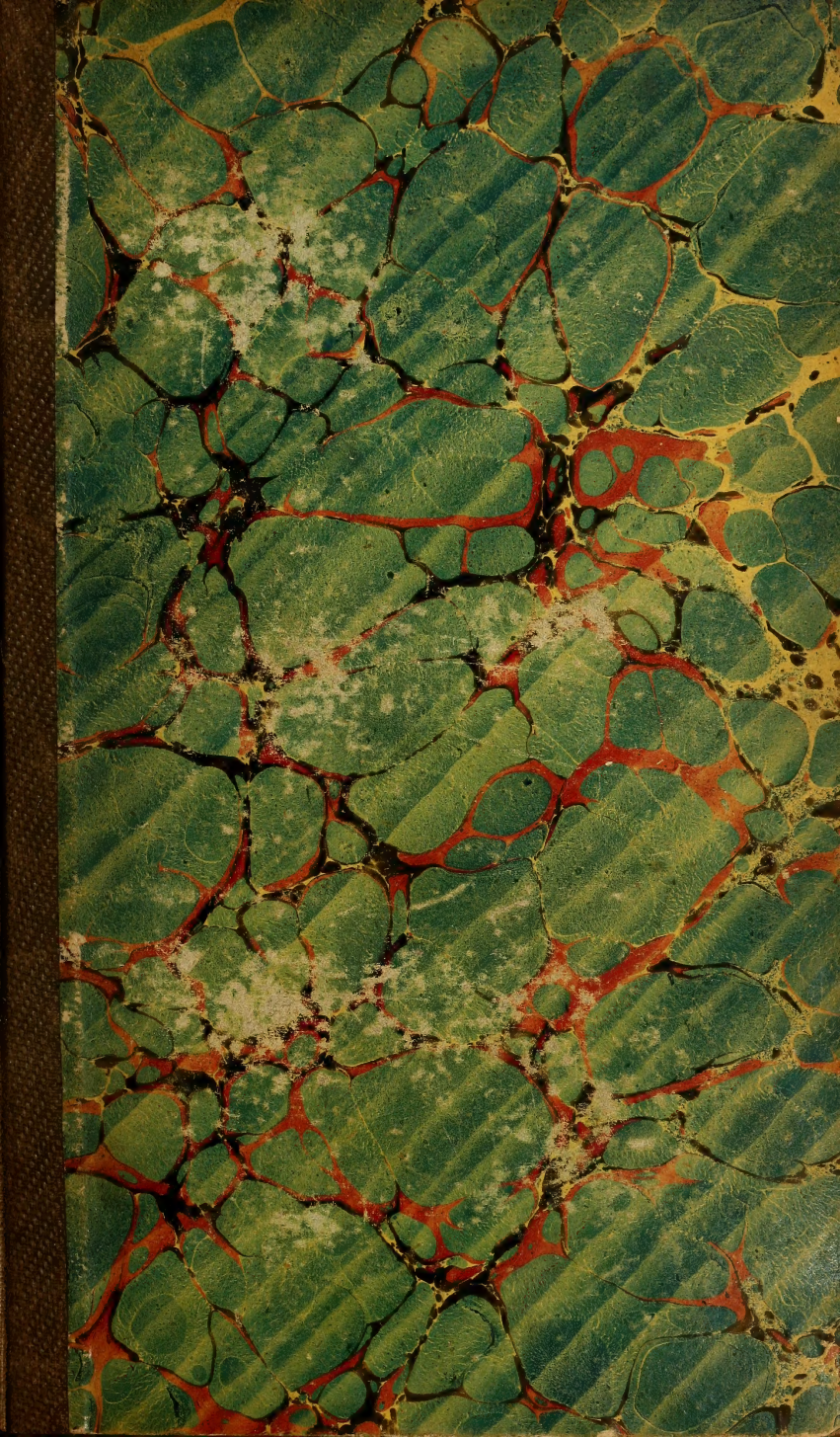

22.No.239

PROPERTY OF THE
PUBLIC LIBRARY OF THE
CITY OF BOSTON,
DEPOSITED IN THE
BOSTON MEDICAL LIBRARY.

PRESENTED TO THE 3808.30

Public Library of the City of Boston

BOSTONIA
CONDITA A.D.
1630.

By Newell A. Thompson Esq.
Received Oct. 23, 1860. No. 46262

12122

Digitized by the Internet Archive
in 2011 with funding from
Open Knowledge Commons and Harvard Medical School

http://www.archive.org/details/dasfrischewasser00gros

Wünschest gesund du zu werden und kräftig und alt?
Trinke viel Waßer, auch waſche und bade dich kalt!

Das frische Wasser

als vorzügliches

Beförderungsmittel der Gesundheit

und

ausgezeichnetes Heilmittel in Krankheiten.

Ein Wort zu seiner Zeit

für alle Menschen, die wünschen, gesund zu werden, es zu bleiben und ein frohes Alter zu erreichen.

Von

einem Menschenfreunde.

(Joh. Groß, k. k. österr. Regierungsrath und Secretär J. Maj. der Kaiserin-Mutter.)

Vierte Auflage.

Mit einer Abbildung.

München
bei Georg Franz.

Wien
bei Braumüller et Seidel.

1842.

Im frischen Wasser liegt
eine ungleich höhere Kraft, als wir bisher geahnet haben;
— eine wunderbar belebende Kraft.
Mit jedem Trunke frischen Wassers trinken wir
— neuen Lebensreiz.

Hufeland
im Jahre 1814.

Seiner Excellenz

dem Hochgebornen Herrn

Herrn Karl Grafen von Rechberg

und Rothenlöwen,

Obersthofmeister Seiner Majestät des Königs von Bayern, geheimen Rathe, mehrerer Orden Großkreuz u. s. w.

Dem erleuchteten Kenner

und thätigen Beförderer

der Wasserheilkunde

ehrfurchtsvoll gewidmet

von

Joh. Bapt. Groß.

Vorrede

die man nicht zu überschlagen bittet.

Vor allem, lieber Leser! der du dieß Büchlein in die Hand nimmst, du magst gelehrt oder ungelehrt, ein Wasser- oder Weintrinker, ein Freund und Verehrer des Alten oder des Neuen, ein Anhänger dieses oder jenes Systems in der Heilkunde, oder wohl gar ein Mitglied der medicinischen Facultät selbst seyn (ich setze voraus, daß du als solcher es mit dir selbst und der Menschheit redlich meinst), vor allem bitte ich dich, lege dieß Büchlein nicht ungelesen aus der Hand; lies es von Anfang bis zu Ende, wenn es dich auch noch so viel Ueberwindung kosten sollte, diesem veralteten wässerigen Geschwätz eine Stunde der so kostbaren Zeit zu schenken. Ich wette hundert gegen eins, wenn du am Ende bist, du sprichst kein allgemeines Verdammungsurtheil darüber aus; hundert gegen eins wette ich, du kannst mancher darin ausgesprochenen Wahrheit deinen Beifall nicht versagen, und du findest hie und da, was, wenn auch gerade dich nicht belehrt, dir nicht neu ist, doch Beherzigung, weiteres Nachdenken, Nachahmung und Verbreitung verdient.

Du magst nun entweder nur dieß oder jenes Beachtenswerthe darin finden, oder dich durchaus von

seiner Wahrheit anregen und gewinnen lassen, so bitte ich dich ferner, so schön und freundlich man nur immer bitten kann, dich nicht blos mit dem Lesen allein zu begnügen, und dem Büchlein allenfalls nur die Ehre zu erweisen, es in der Ecke deines Bücherschranks zu vergraben, sondern vielmehr alle deine Freunde und Bekannten darauf aufmerksam zu machen, es ihnen zum lesen zu geben, und so dein Scherflein dazu beizutragen, daß es die größtmögliche Verbreitung im Publikum erhalte, die es seinem heilsamen, das Wohl der Menschheit bezweckenden Inhalt gemäß mit Fug und Recht verdient. Zum Beleg dessen glaube ich die an mir selbst gemachte Erfahrung noch kürzlich erzählen zu müssen, da ihr dieß Büchlein seine Entstehung verdankt.

Durch mehr als ein Vierteljahrhundert, nemlich vom 20. bis über das 45. Jahr meines Alters, war ich sehr leidend und krank, und hatte mit Nerven-, Kopf-, Magen-, Leber- und Unterleibsbeschwerden aller Art zu kämpfen. Vergebens nahm ich meine Zuflucht zu den geschicktesten und gelehrtesten Aerzten; vergebens schluckte ich muthig und unverdrossen und mit gläubiger Zuversicht, die vielen lindernden, besänftigenden, zertheilenden, stärkenden, zusammenziehenden oder auflösenden Arzneien hinunter, auf deren Bezahlung allein ich einen Theil meines jährlichen, sauer erworbenen Einkommens verwenden mußte: meine körperlichen Beschwerden schienen der zweitausendjährigen Kunst zu trotzen, und blieben ungeheilt. Wenn gleich die neuere Heilmethode, der ich mich zuletzt in die Arme warf, mit ihren sehr kleinen Gaben und naturgemäßen Diätvorschriften weit vortheilhafter

auf meinen Organismus wirkte, und mir in manchen Leiden große Erleichterung verschaffte — ob positiv oder negativ, mögen Einsichtsvollere beurtheilen, — so ließ auch sie zuletzt mich im Stiche, und manche meiner Beschwerden blieben ungeheilt. Endlich erscholl neuerdings in Reden und Schriften der schon frühern Jahrhunderten nicht unbekannte Ruf von der wunderbaren Heilkraft des kalten Wassers in seiner äußeren und inneren Anwendung auf den menschlichen Körper, und schnell ward der Entschluß gefaßt, einen Versuch damit an mir selber zu wagen. Es war im kalten Decembermonate 1834, daß ich anfing, gleich unmittelbar nach dem Aufstehen in aller Frühe mich von Kopf bis zu Fuß nach der Anleitung, die in diesem Büchlein gegeben wird, mit kaltem Wasser vom Brunnen weg tüchtig zu waschen und abzureiben, und dabei frisches Wasser zu trinken, zugleich aber den Genuß aller geistigen Getränke einzuschränken, und zuletzt ganz zu meiden. — Was war, was ist nun der Erfolg dieses bisher ununterbrochen fortgesetzten Verfahrens? Der glänzendste, der sich nur denken läßt: ich bin ein ganz anderer, ein neuer Mensch geworden. Wo ist mein zwanzigjähriges, keinem künstlichen Heilmittel erreichbares Abweichen? Das kalte Brunnenwasser — unglaublich und doch wahr — hat es gestillt, indem es die krankhafte Galle verbesserte, die Gedärme stärkte, und ihnen die nöthige Spannkraft wieder verlieh. Wo sind meine jährlich wiedergekehrten Kopfschmerzen? Das kalte Wasser hat sie weggespült, und dabei den sonst so empfindlichen Theil in dem Maße abgehärtet, daß ich bei entblößtem Kahlkopfe jeder Zugluft

Trotz biete. Wo sind jene marternden Magenkrämpfe, Koliken, Blähungen, Aufstoßen u. dgl., an denen ich trotz der gewissenhaftesten Diät, oft und viel gelitten? Das Wasser hat ihnen den Abschiedsbrief gegeben, indem es Magen und Gedärme so gestärkt, daß ich jetzt mit Lust esse, viel esse, und kräftig verdaue. Wo sind meine so lästigen Hämorrhoidal-Beschwerden? Das kalte Wasser hat die Spannkraft der Blutadern vermehrt, und des Blutes regelmäßigen Lauf durch die Adern wieder hergestellt. Wo sind jene rheumatischen Hals-, Ohren- und Brustschmerzen, wo jene Spannungen und Beklemmungen, wo die eiskalten Fieberschauer, die mich oft in der Nacht befielen, und jene nervösen Zuckungen, die mich nicht einschlafen ließen? Das kalte Wasser hat mich davon befreit, und den Körper gegen die Einwirkung der äußeren schädlichen Einflüsse abgehärtet. Wo ist jenes krampfhafte Zittern der Hände, wo jene eiskalten Füße, die mich kaum eine Stunde ruhig und ungestört schreiben und arbeiten ließen? Das kalte Wasser hat den Kreislauf des Blutes und der Säfte befördert, und eine gleichmäßige Wärme auf der Oberfläche des Körpers bewirkt, so daß ich jetzt mit Leichtigkeit zehn Stunden angestrengt und anhaltend arbeite. Wo ist endlich jene oft feindselige und mürrische, oft wehmüthige und traurige, oft ungeduldige und auffahrende Gemüthsstimmung, die mir und Andern so lästig fiel? Das kalte Wasser hat durch Wiederherstellung der Ordnung im organischen Leben dem Körper alle feindliche und schädliche Rückwirkung auf den in ihm sich regenden Geist benommen, und hat mich in meinem fünfzigsten

Jahre lebenslustiger, heiterer, froher und aufgelegter gemacht, als ich in meiner Jugend gewesen und hat in mir, der ich vor wenig Jahren die Ueberzeugung festhielt, bei meiner schwächlichen und kränklichen Leibesbeschaffenheit kein halbes Jahrhundert zu erleben, die zuversichtliche Hoffnung erregt, bei vorausgesetztem ordentlichen Laufe der Natur, mit den Aeltesten meiner privilegirten Mitmenschen wetteifern zu können.

Wenn ich nun dem äußerlichen und innerlichen Gebrauche des kalten Wassers so viel, so unendlich viel — Rettung von frühzeitigem Tode, Heilung langjähriger Leiden, Schutz vor schädlichen Einflüssen mancherlei Art, Eßlust, gute Verdauung, köstlichen Schlaf, Liebe zur Arbeit, Heiterkeit des Gemüths, Hoffnung eines fröhlichen Alters, kurz geistiges und körperliches Wohlseyn verdanke; wenn dieß einfache, natürliche, immer, überall und unentgeldlich zu habende Heilmittel in sich allein alle die lindernden, zertheilenden, stärkenden, erregenden, auflösenden, oder zusammenziehenden Eigenschaften der zahllosen andern Arzneimittel vereinigt; wenn das kalte Brunnenwasser allein so wunderbarliche, heilende und lebenverjüngende Kräfte besitzt — wie ich und viele Hunderte mit mir es schon erfahren haben, — daß man es einen wahren Lebensbalsam, ein élixir de longue vie — zu deutsch Langlebenssaft — mit Fug und Recht nennen kann: so ist es wohl nur billig, ja Pflicht eines Jeden, der durch eigene oder fremde Erfahrung Kenntniß davon hat, in die Posaune zu blasen, und dieses uralte, aber so ganz in Vergessenheit gerathene, natürliche Heilmittel wieder ans Tageslicht und zu Ehren zu

bringen, und seiner aus Vorurtheil, Unkenntniß und Gewohnheit zum unsäglichen Schaden der Menschheit allzulang vernachläßigten äußerlichen und innerlichen Anwendung in gesunden und kranken Tagen die größtmögliche Verbreitung und Allgemeinheit zu verschaffen. Mein Scherflein hiezu beizutragen, ist die Veranlassung, der Zweck und die Aufgabe dieses Büchleins.

Gott gebe ihm Gedeihen!

Vorrede

zur dritten Auflage.

Und Gott gab diesem Büchlein Gedeihen, und zwar ein so schnelles und erfreuliches, daß noch vor Verlauf eines Jahres bereits an 4000 Exemplare abgesetzt waren, und eine dritte Auflage erscheinen muß. Die erste Ausgabe war schon nach zwei Monaten so vergriffen, daß der Verleger während des Druckes der viel stärkern zweiten, die Nachfrage nicht mehr befriedigen konnte, obgleich sogar jene Exemplare verwendet wurden, die ich mir als Autor-Honorar zum Verschenken ausbedungen hatte. Daher konnte ich auch bei der zweiten Ausgabe am Manuscripte selbst nur wenig ändern, fügte blos einen literarischen Anhang bei, und beschränkte mich darauf, dem Büchlein

eine gefälligere Aussenseite durch besseres Papier und größeren Druck zu verschaffen. Um so mehr aber spornte die über alle Erwartung günstige Aufnahme meines Büchleins mich an, das Versäumte bei einer etwaigen dritten Auflage nachzuholen; und von dort an benützte ich gewissenhaft jeden Augenblick, den mir meine nicht unbedeutenden Berufsgeschäfte übrig ließen, um mein Manuscript durchzusehen, zu verbessern und es mit dem nach Bienenart aus den neuesten in- und ausländischen Schriften gesammelten Honig zu bereichern, manche Kapitel ganz umzuarbeiten, kurz, es in dieser dritten Auflage jenem Grade von Vollkommenheit näher zu bringen, den es meiner Meinung nach haben muß, um den ihm beigelegten schmeichelhaften Titel eines „Volksbüchleins" zu verdienen. Daß es nicht blos gelesen, und viel gelesen werde — was die fortwährend häufige Nachfrage beweiset, — sondern auch den beabsichtigten Nutzen schaffe, und dem kalten Wasser Freunde und Anhänger gewinne, — wofür eine Menge mündlich und schriftlich erhaltener Zusicherungen sprechen, — freuet mich inniglich, und ist der schönste Lohn für meine Bemühung. Sollte mein Büchlein aber auch hie und da der Erwartung nicht entsprochen haben, sollten wohl gar einzelne Versuche mit dem kalten Wasser mißlungen seyn, oder geschadet haben: so kann die Schuld weder mich, noch das frische Wasser treffen. Man kann alles mißverste-

hen, alles übertreiben. Ich war redlich bemüht, mich deutlich zu erklären, wie das frische Wasser in diätetischer Hinsicht gebraucht werden müsse, vor unrichtiger Anwendung, vor Mißbrauch und Uebertreibung zu warnen, und im Falle des wirklichen Erkrankens dem Patienten und seinen Angehörigen ans Herz zu legen, daß man die Heilung mit Wasser ja nicht selbst übernehme, sondern sie einem mit der Wasserkur vertrauten Arzt übertrage, damit dieser beurtheile, ob das Uebel durch frisches Wasser zu heben sey, und zugleich auch die der Krankheit und körperlichen Beschaffenheit des Kranken angemessenste Gebrauchsweise desselben bestimme. Wer aber eigensinnig dabei verharret, im Erkrankungsfalle selbst an sich mit kaltem Wasser zu pfuschen, oder von unberufener Hand pfuschen zu lassen; wer vielleicht schon durch viele Jahre kein lauteres Wasser getrunken, und da glaubt, daß er nun unbeschadet könne, oder wohl gar müsse, — um das Versäumte nachzuholen, — das kalte Wasser ohne Ziel und Maß in sich hineinschütten; oder wer im Gebrauche des kalten Wassers blos ein Mittel sucht, sich um so ungestrafter der Unvorsichtigkeit und Unmäßigkeit in allen Lebensgenüssen überlassen zu können; oder endlich, wer sich einbildet, er dürfe blos auf den äußerlichen, oder blos auf den innerlichen Wassergebrauch sich beschränken, um gesund zu bleiben, oder was immer für eine Unpäßlichkeit zu beseitigen: alle diese

und andere, die sich nicht genau an die Anleitung halten, die in diesem Buche zu einer vernünftigen, äußerlichen und innerlichen Anwendung des kalten Wassers gegeben wird, mögen die etwaigen schädlichen Folgen davon nicht dem Büchlein, sondern sich selbst, und ihrem Mangel an Klugheit und Einsicht zuschreiben.

Um aber bei Laien im wirklichen Erkrankungsfalle das Selbstbehandeln mit Wasser von meiner Seite ganz zu beseitigen, habe ich in dieser neuen Auflage das alphabetische Verzeichniß der Krankheiten mit ihrer Behandlung noch weit mehr abgekürzt, habe die eigentlichen Krankheiten, für welche schon darum keine allgemein gültigen Regeln zu geben sind, weil die Behandlung sich nach der jedesmaligen Individualität des Kranken richtet, und daher bei einer und derselben Krankheit verschieden ausfällt, ganz weggelassen, und mich lediglich auf die gewöhnlichen Unpäßlichkeiten und einige Unglücksfälle beschränkt, wo theils ein Verstoß weniger zu bedeuten hat, theils, wie bei Vergiftung, Erfrierung, die Behandlung immer eine und dieselbe bleibt.

Da es mir gestattet ward, endlich den längst gehegten Wunsch zu befriedigen, den wackern Prißnitz durch einen Besuch in Gräfenberg persönlich kennen zu lernen, seine nun schon weltberühmte Anstalt mit eigenen Augen zu sehen, und die eigentliche Kaltwasser-Cur, nach ihren

Hauptbestandtheilen — Schwitzen, Baden, Douchen, Bähen und Trinken — an mir selber gegen einen langjährigen mir sehr lästigen Schnupfen zu versuchen, der allein noch von all meinen Uebeln übrig geblieben, und dem bloßen Waschen und Trinken bisher nicht hatte weichen wollen: so glaube ich den verehrten Lesern dieses Büchleins einen Dienst zu erweisen, indem ich die dort gemachten Erfahrungen, Beobachtungen und Bemerkungen offen und freimüthig niederschrieb, und sie als Anhang meinem Werkchen beifügte, theils zur Ergänzung dessen, was über Prißnitz und seine Anstalt in der „Geschichte des kalten Wassers" nur oberflächlich berührt worden, theils zur Belehrung und Warnung für jene, die in den Fall kommen sollten, die Cur in Gräfenberg, oder in einer ähnlichen Anstalt gebrauchen zu müssen.

Schließlich kann ich nicht umhin, jener würdigen, eben so eifrigen, als einsichtsvollen Wasserfreunde, die so thätig bemüht waren, von allem Anfange bis jetzt mich in meiner Arbeit zu unterstützen, Materialien für mich zu sammeln, mir zweckmäßige Winke zu geben, und die Drucklegung zu besorgen, die überhaupt aus reiner Liebe zur guten Sache die Verbreitung dieses Büchleins und der heilsamen Lehren, die es vorträgt, noch immerfort sich eifrigst angelegen seyn lassen, hier öffentlich, und mit dem Gefühle des innigsten Dankes Erwähnung zu thun. Insbesondere bin ich

dem Einen aus ihnen verpflichtet, welcher es über sich nahm, den Abschnitt: Die Geschichte der Kaltwasser-Heilkunde, gänzlich umzuarbeiten, und demselben die vollständige Literatur dieser Curart, so wie das Verzeichniß aller bis jetzt bekannt gewordenen Anstalten für Wasserfreunde einzuschalten. Auch jenen verehrten Lesern, die meiner in der Vorrede zur ersten Auflage an sie ergangenen Bitte nach Kräften nachzukommen die Güte hatten, sey hiemit im Namen der Menschheit, der sie dienen, der herzlichste Dank abgestattet.

Vorrede

zur vierten Auflage.

Mit innigster Freude über das fortwährende Gedeihen meines redlichen und eifrigen Strebens, zur größtmöglichen Verbreitung des heilkräftigen frischen Wassers und seiner Anwendung in gesunden und kranken Tagen mitzuwirken, und mit dem Gefühle des herzlichsten Dankes gegen das verehrte Publikum für die schmeichelhafte Theilnahme und Aufmerksamkeit, die es noch immer meinem Werke schenket, und die auch bei der steigenden Menge von Schriften aller Art nicht nachläßt, die bereits über das Wasser erschienen sind und täglich sich mehren, übergebe ich auch gegenwärtige vierte Auflage dem Drucke. Ich darf mir um so mehr mit einer fortwährend gütigen Aufnahme schmeicheln, als ich mir alle Mühe gab, der Erwartung des freundlichen Lesers auch in dieser Ausgabe zu entsprechen, und sie mit allem Neuen und Wissenswürdigen, was seither im Gebiete der Hydriatrik

geschehen ist, zu bereichern. Die Hauptveränderung, die ich machen zu müssen glaubte, betrifft die mir von meinem würdigen Freunde F.... für die dritte Auflage gelieferte Umarbeitung der Geschichte des kalten Wassers, besonders hinsichtlich der neuesten Literatur, wo ich die meisten Auszüge und Critiken nebst der 27 Druckseiten einnehmenden Krankengeschichte von Herrn W..... ganz wegließ und anderes abkürzte. Dadurch hat zwar gegenwärtige Auflage an Umfang etwas verloren, ohne jedoch meines Ermessens an innerm Gehalte einzubüssen. Das öffentliche Urtheil wird mich belehren, ob ich recht that, oder nicht.

Wien, am 15. September 1841.

Groß.

Inhalt.

Seite

Vorrede zur ersten und zweiten Auflage 5
Vorrede zur dritten Auflage 11
Vorrede zur vierten Auflage 17
Einleitung. Vom Wasser überhaupt 25

Erster Abschnitt.

Geschichte der Kaltwasserheilkunde.

Erste Periode 33
Zweite Periode 44
Dritte Periode. 1) Vinzenz Prißnitz . . . 63
2) Professor Oertel . . . 90
3) Literatur der neuesten Wasserschriften 101
4) Kaltwasserheilanstalten . . 137

Zweiter Abschnitt.

Von den Wirkungen des kalten Wassers auf den menschlichen Körper.

Erstes Hauptstück. Wirkungen des Wassers hinsichtlich seiner Eigenschaften 193
Zweites Hauptstück. Wirkungen des kalten Wassers als Getränk 203
Drittes Hauptstück. Wirkungen des kalten Wassers als Bad, Waschung u. s. w. 213
Viertes Hauptstück. Von den geistigen Getränken und den Erfordernissen einer vernünftigen Lebensweise oder Diät 222

Dritter Abschnitt.

Von den Hindernissen, welche der Anwendung des kalten Wassers entgegenstehen, und von deren Beseitigung.

Erstes Hauptstück. Von den Hindernissen . . . 247
Zweites Hauptstück. Von der Beseitigung der Hindernisse 256

Seite

Vierter Abschnitt.

Anleitung zum richtigen Gebrauche des kalten Wassers, als Beförderungsmittels der Gesundheit und Schutzmittels in Krankheiten.

Erstes Hauptstück. Vom innerlichen Gebrauche . . 270

Zweites Hauptstück. Vom äußerlichen Gebrauche . 281

Fünfter Abschnitt.

Von dem Gebrauche des kalten Wassers als Heilmittels in Krankheiten.

Erstes Hauptstück. Die verschiedenen Anwendungen desselben im Allgemeinen 300

Zweites Hauptstück. Die Anwendung in einzelnen Fällen. Alphabetische Reihe 319

Anhang.

Meine Reise nach Gräfenberg im September 1837. . . 337

Erklärung des Titelbildes.

Diese von einem der ausgezeichnetsten Künstler, Herrn Jos. Eißner in Wien, in Kupfer gearbeitete Darstellung schildert die Hauptmomente einer Gräfenberger Wassercur und einige häusliche Apparate zum Kaltbade, nemlich:

1. Der Kranke liegt in eine große Kotze fest eingepackt und mit einer Decke oder einem Mantel überlegt bei offenem Fenster im Schweiße und erhält zeitweilig einen Trunk. Die Strohschuhe stehen bereit.

2. Hat derselbe lange genug geschwitzt, so wird er ausgepackt, und in die nemliche Kotze gewickelt, wandert er schnell zum Vollbade. Man nennt in Gräfenberg eine solche Erscheinung den „Kotzengeist", zum ernsten Geschäft den Scherz mischend.

3. Anfangs wird der Kranke zuerst in einer Wanne mit gemäßigtem Wasser abgewaschen, dann ins Vollbad daneben mit zu- und abfließendem Kaltwasser gebracht, darin schnell abgerieben, hierauf nochmals in die Wanne gesetzt, und nochmals ins Vollbad zurück getaucht, alles nur minutenlang, bis er in derselben Kotze sich in das Zimmer wieder begibt, um sich abzutrocknen, anzukleiden u. s. w. Das nächstemal besteigt er unmittelbar das kalte Vollbad.

4. Leidende, die sich schwer selbst bewegen, werden in Dr. Granichstädtens Anstalt zu Laab und in andern mittels einer Maschine in's Vollbad hinabgelassen.

5. Ein Gräfenberger Sitzbad in einem bequemen runden Gefäße von Holz, welches vorn ausgeschnitten ist und zum Muster für Faßbinder dienen kann. Die Zeit des Verweilens verkürzt der Sitzende sich durch Lesen; er ist nur halb entkleidet, um sich nicht zu erkälten.

6. Ein Gräfenberger Kopfbad in einer Schüssel auf dem mit einer Matratze oder Kotze belegten Boden. Dr. Granichstädten will eine noch

bequemere Vorrichtung erfunden haben. Daneben leistet ein anderer, sorgfältig überdeckt, Gesellschaft. Beide unterhalten sich durch Gespräch.

7. Die Natur-Douche mit Schwungfall, wie man sie in Gräfenberg und Kaltenleutgeben aus der Bergquelle mittels Rinnen geleitet hat. Andere Douchen sind die künstlichen senkrechten, wie man sie im Nothfall auch in Zimmern sich bereiten kann. Der Kranke setzt hauptsächlich den leidenden Theil dem Wasserstrahl aus; sonst steht man dabei, und bewegt sich allseitig durch Reiben des ganzen Körpers.

8. Die freihängende Badmaschine des Sartorius und Tichtel in Wien, die auch in einem Badschrank angebracht werden kann. Solch ein Anthyeolutron oder Hydrokoniolutron bietet alle Formen des Fallbades; es eignet sich zur senkrechten Douche, mittels angesteckter Brause zum Regenbad, durch die nach allen Richtungen spielenden Röhren zum Staubbad, durch die aufsteigende Douche zum Spritzbad. Die Leuchtervase dient als Wasserbehältniß und wird mittels einer Winde in beliebige Höhe gewunden. Nach dem Gebrauche lassen alle Reife sich abschrauben, so daß nur ein Prunkleuchter zum Schmucke des Gemachs übrig bleibt. Das Gefäß, worin man steht, hat eine bewegliche Wand von Blech, oder Wachstuch, um das Spritzen auf den Boden zu verhindern; es dient auf Reifen, um die ganze Maschine darin zu verpacken. An den Spiralreifen befinden sich Hähne, um den Wasserstrahl in einer oder der andern Form abgesondert, oder in allen zugleich, nach Bedürfniß und Lust wirken zu lassen.

9. Die wesentlichen Vortheile jener Badmaschinen lassen sich auch durch eine viel einfachere Vorrichtung erzielen. Herr Beck in Berlin lieferte in seinen „Belehrungen über Kindererziehung" die Zeichnung hiezu. Man hängt ein mit Wasser zu füllendes Gefäß an die Wand, stellt sich auf ein Brett, von dem das Wasser in eine Art Schubladen abfließt, und läßt aus der Pipe des Gefäßes entweder eine senkrechte Douche oder mittels angesteckter Brause ein Regenbad auf sich fallen.

Es schien überflüßig, in dieser Tafel durch einen Brunnen an das reichliche Trinken oder durch ein besonderes Bild an die häufig anwendbaren Umschläge der in kaltes Wasser getauchten Leindwandstücke noch besonders zu erinnern.

Das frische Wasser

als

vorzügliches Beförderungsmittel der Gesundheit

und ausgezeichnetes

Heilmittel in Krankheiten.

Einleitung.

Vom Wasser überhaupt.

Bedeutungslos und geringfügig erscheint uns zwar an und für sich jene in ungeheurer Menge über dem Erdboden verbreitete, und mehr als zwei Drittheile seiner Oberfläche einnehmende tropfbare Flüssigkeit, die wir Wasser nennen, und die im reinen, das heißt, von allen fremdartigen Bestandtheilen befreiten Zustande durchsichtig, wie Krystall, unentzündlich, ohne Farbe, Geruch und Geschmack ist. Viel bedeutender aber und wichtiger, ja Bewunderung und Staunen erregend wird uns dieser Körper, wenn wir ihn einer näheren Aufmerksamkeit würdigen, ihn in seinen Eigenschaften und Wirkungen, in seinem großen Einfluß auf alle Gegenstände der Natur betrachten, und die wichtige Rolle erwägen, welche der liebe Gott dem Wasser von Anbeginn der Schöpfung zugewiesen hat. So lesen wir schon in dem heiligen Geschichtsbuche Moysis: „Im Anfange schuf Gott den Himmel und die Erde. Die Erde war jedoch noch roh und ungestaltet und

Finsterniß bedeckte den Abgrund. Da schwebte Gottes Geist über dem Wasser," d. h. der liebe Gott verlieh dem Wasser einen besondern Segen, und die Kraft, alle Körper auf Erden zu befeuchten, zu durchdringen, zu verändern, zu befruchten und zu beleben. Diese wunderbare Kraft übt es noch immer auf alle Naturreiche aus.

Im Mineralreiche spielt es als das große Auflösungsmittel eine wichtige Rolle dadurch, daß es im Schoß der Erde alle mineralischen Körper mehr oder weniger durchdringt, zersetzet und mit sich fortführet; es bildet Mineralquellen und sogenannte Gesundbrunnen, und trägt nicht wenig zum Entstehen und Vergrößern der Mineralien bei.

Indem es die Erde befeuchtet, macht es sie für die Vegetation, für die Entwicklung des Pflanzenkeimes, und die Ausbreitung der Wurzeln empfänglich, und führt den Pflanzen Nahrung aus der Erde und aus der Luft zu; denn die Wärme führt es in Dunstgestalt in die Atmosphäre, wo es den schönen Wolkenhimmel bildet, aus dem es wieder als Thau, Nebel und fruchtbarer Regen herabfällt, und Blätter und Halme erquickend, Wachsthum und Gedeihen der Pflanzen befördert.

Eben so groß und wichtig ist der Einfluß des Wassers auf das Thierreich, wo es einen wesentlichen Bestandtheil des Blutes und aller Säfte bildet, und zum Entstehen, so wie zur Ernährung und

zum Wachsthum des thierischen Körpers höchst wirksam ist.

Was ist aber das Wasser erst für den Menschen, mit dem sich die sichtbare Kette der erschaffenen Wesen schließt? Hier tritt es in seiner größten Bedeutung und Wichtigkeit auf. Betrachten wir es zuerst in seiner erstaunlichen Masse als Weltmeer mit seinen Wundern und Schätzen, seinem salzigen, grünlichen Wasser, seinen beim Sturm so furchtbaren Wogen und Wellen, seiner Ebbe und Fluth, seinem nächtlichen Leuchten, und andern wunderbaren Erscheinungen, die es darbietet: welch ein Anblick! Und diese unermeßliche Wassermasse hat der menschliche Verstand zu benützen und gleichsam zu bemeistern gewußt; er hat Schiffe erfunden, auf denen wir das Meer in allen Richtungen schnell und sicher befahren, uns dessen Schätze zueignen, seiner Wallfische, Häringe u. s. w. uns bemächtigen, uns sogar in seine Tiefe hinabwagen, um die schönen Korallen und die kostbaren Perlen heraufzuholen, und überhaupt den lebhaftesten Verkehr mit allen Völkern der fünf Welttheile unterhalten, um sie mit unsern und uns mit ihren Producten zu bereichern.

Was der Ocean für den Welthandel, das sind die Landseen, Ströme und Flüsse für den Binnenhandel. Ausser der Zierde, die sie der Gegend verleihen, durch welche sie strömen, verschaffen sie Millionen von Menschen Beschäftigung und Unterhalt

durch Schiffahrt, Kanal- und Brückenbau, Fischfang, Gerbereien, Färbereien, Mahl- und Sägmühlen u. dgl. Selbst unsre Bäche, unsre Quellen und Brunnen, welch unberechenbare Vortheile bieten sie dar? Ihr Wasser dient uns und unsern Hausthieren zum Getränke und zur Reinigung, es kocht unsere Speisen, mahlt unser Getreide, reinigt und bleicht unsere Wäsche und mit Farbestoff gemischt färbt es unsere Kleidungsstoffe u. s. w. Wollen wir Scharfes mildern, Hartes erweichen, Festes auflösen, so bedienen wir uns des Wassers; ist etwas unglücklicher Weise in Brand gerathen, laufen wir zum Wasser, es zu löschen: kurz es giebt keine Kunst, kein Gewerbe, keine Beschäftigung, wobei nicht das liebe Wasser unentbehrlich wäre. Ist es wohl nöthig, zum Preise des Wassers auch der Wasserfälle zu erwähnen, zu denen mancher von fernen Landen hinpilgert, um sich ihres Anblicks zu erfreuen? Oder soll ich von den Mineralquellen, von den Salzquellen, die unser Kochsalz liefern, oder von jenen andern salzigen, schwefel- oder eisenhaltigen Gesundbrunnen reden, wo Tausende von Kranken ihre Genesung suchen und finden?

Aber noch hat das Wasser hiermit seine Wichtigkeit und die Vortheile, die es uns gewährt, bei weitem nicht erschöpft. Bedenken wir, daß diese tropfbare Flüssigkeit, wenn die Temperatur der Atmosphäre unter Null fällt, zu einer festen Masse verhärtet,

und Eis wird, und daß die aufsteigenden Dünste in der Winterkälte als Schnee herabfallen. Wer erinnert sich nicht beim Eise, sowohl im Winter des fröhlichen Schlittschuhlaufens unserer Knaben und Jünglinge, als im Sommer des herrlichen Erquickungsmittels, welches wir uns durch das Gefrorne verschaffen? Wenn gleich der Schnee uns zuweilen ein lästiger Gast ist, müssen wir doch dankbar die großen Vortheile erkennen, die er unsern Saaten und Bäumen gewährt, welche unter seiner Bedeckung vor dem Froste gesichert sind, so wie das Vergnügen, das er uns und noch mehr den nordischen Völkern durch die Schlittfahrten, und unseren Brüdern im wärmeren Süden durch Bereitung des Gefrornen in Ermanglung des Eises verschafft. Jedes dieser Schneeflöckchen, deren wir im Winter Millionen gedankenlos mit Füssen treten, erregt unser Erstaunen, wenn wir es unter einem Vergrößerungsglase betrachten, da wir lauter sechseckige Sternchen von verschiedener Größe und so unbeschreiblich manigfaltiger Bildung und Zusammensetzung wahrnehmen, daß wir nicht begreifen, durch welche verborgene Kraft der allmächtige Schöpfer aus so kleinen einfachen Eisnädelchen solche regelmäßige und schöne Gestaltungen hervorbringt; und doch ist es nur Wasser! Wenn wir ferner erwägen, daß das Wasser bei einer höheren Temperatur, nemlich der Siedhitze sich sehr ausdehnt, und in Dunst-, Dampf- und Luft- oder Gas-

form übergeht, so finden wir auch hier wieder neuen und reichen Stoff zum Ruhm und Preise des Wassers, aber zugleich auch zur Bewunderung des menschlichen Verstandes und Scharfsinnes, welcher diese Form des Wassers zu so manigfaltigen Zwecken durch Erfindung der Dampfmaschinen zu benützen gewußt hat, welche jetzt schon so unglaublich Vieles leisten, bei der Schifffahrt Segel und Ruder, bei den Dampfwagen die Pferde, bei den Buchdrucker-, Spinn- und Hebmaschinen Hunderte von Arbeitern und Händen ersetzen, die früher dabei erfordert wurden — eine Erfindung, welche durch ihre Vervollkommnungsfähigkeit wohl noch viel mehr zu leisten verspricht.

Der Umstand, daß das Wasser kein sogenanntes Element, d. h. kein einfacher und unzerlegbarer Körper ist, sondern aus Sauerstoff oder Lebensluft (Kohlensäure) und Wasserstoff oder brennbarer Luft (Stickstoff) besteht, hat sogar in neuerer Zeit zur Erfindung der Luftschifffahrt, oder des Luftballons Veranlassung gegeben, indem die brennbare Luft viel leichter als die atmosphärische ist, und daher in eine dünne Hülle geschlossen mit dieser in die Höhe steigt. Dieselbe brennbare Luft, da sie, wenn sie mit dem Sauerstoffe der atmosphärischen Luft in Berührung kommt, sich entzündet und Licht und Flamme gibt, hat die neuere Zeit zur vortheilhafteren Beleuchtung der Straßen und Wohnungen durch Gas benützt.

Wir würden an kein Ende kommen, oder wenigstens den Raum dieser Blätter zu sehr überschreiten, wollten wir alles, was sich noch vom Wasser, dessen Eigenschaften und Wirkungen sagen läßt, hier auch nur oberflächlich und andeutungsweise berühren; es wäre z. B. noch gar Vieles zu sagen von der Schwere des Wassers, und vom Drucke, den es auf die Körper übt, von seiner, und zwar ganz erstaunlichen Elasticität in den Dämpfen, von den Einflüssen des Wassers auf das Klima und die atmosphärische Luft, von den sogenannten Infusionsthierchen, nemlich den zahllosen lebenden, nur mit Hilfe eines Vergrößerungsglases sichtbaren Geschöpfen, die in jedem Tropfen des Brunnen- oder Sumpfwassers sich bewegen u. s. w.

Es sey mir nur noch vergönnt, die Macht des Wassers auch von seiner schädlichen und furchtbaren Seite zu betrachten, wenn es in zerstörender Gewalt auftritt, und jene verheerenden Uiberschwemmungen bildet, welche den Grund der Erde aufwühlen, die stärksten Bäume entwurzeln, Felsenmassen mit sich fortreißen und Abgründe eröffnen, oder wenn es Bergstürze und Schneelawinen u. s. w. veranlaßt.

Allein das bisher Gesagte wird immerhin genügen, uns auf die große Wichtigkeit und die erstaunliche Kraft des Wassers, so wie auf die unzähligen Vortheile, die es im menschlichen Leben ge-

währt, aufmerksam zu machen, und uns gleichsam vorzubereiten und zur Erkenntniß zu bringen, daß das Wasser, welches so unendlich viel leistet und schon im Organismus der Pflanze und des Thieres sich so wirksam zeigt, als kaltes Quell- und Trinkwasser wohl auch fähig seyn müsse, Beförderungsmittel der Gesundheit und Heilmittel bei Krankheiten im menschlichen Körper zu seyn, was zu erörtern die eigentliche Aufgabe dieses Werkchens ist.

Erster Abschnitt.

Geschichte der Kaltwasser-Heilkunde.

Dieser rege Sinn (unsers Zeitalters) für das Natürliche und wahrhaft Nützliche hat nun das verjährte Vorurtheil gegen den Gebrauch des kalten Wassers überhaupt, so wie gegen die Anwendung der Kälte in Krankheiten bezwungen.

C. W. Mauthner S. XI.

Erste Periode.

Der Gebrauch des kalten Wassers als Getränk und Bad reicht soweit als die Geschichte des Menschengeschlechtes selbst. Es war das erste Getränk wie der Thiere so der Menschen. Die wohlthätige Kraft der kalten Waschungen und Bäder war so bekannt, daß dieselben bei allen Völkern des Alterthums als der eigentliche Vorbereitungsact zum Gottesdienste, als ein Theil aller religiösen Handlungen und Feierlichkeiten erscheinen*). Das Klima des Morgenlandes, die Kleidung und Lebensweise der Orientalen machte den häufigen Gebrauch des Wassers nur um so nothwendiger. Man bewies dem Fremdlinge, dem Gaste dadurch Liebesdienst und Achtung, daß man ihn bei der Ankunft sogleich

*) Der sogenannte Weihbrunn (Asperges), der bei den Katholiken vor dem Hochamte über das Volk gesprengt wird, ist ein schwacher Ueberrest dieser heiligen Sitte.

wusch und badete. Die Meisterwerke des alten Dichters Homer, so wie die patriarchalischen Erzählungen der Bibel von dem edlen Abraham an bis auf die heiligen Jünger unseres Heilandes liefern davon zahlreiche Beispiele. Alle Ansiedelungen der Menschen geschahen an grossen Flüssen oder an der Meeresküste, und erhoben sich daselbst zu ansehnlichen Städten und mächtigen Staaten, während das andere Binnenland noch lange ganz unbekannt blieb, bis verdrängte Volksstämme darin eine neue Heimath zu gründen gezwungen wurden. Jahrhunderte lang kannte man blos das Wasser als Getränk, und das hohe Lebensalter der Väter, von welchem die heilige Schrift erzählt, ist wohl großentheils auch diesem der Natur so gemäßen Gebrauche zuzuschreiben. Zur warnenden Belehrung erfahren wir die erste Einführung des Weins, als künstlichen Getränks, durch Noe, die nicht nur diesem Patriarchen eine Beschämung, sondern auch dessen Sohne Cham eine Strafe zuzog. „Im Weine schlummern die bösen Gelüste," eifert der Apostel. In dem 65. Feierliede singt König David mit Begeisterung von Gottes Segnungen, welche sein reichlich bewässertes Vaterland zum Gegenstande des Staunens für alle Nachbarvölker erhoben. Und in jenem geheimnißvollen Gespräche, welches der Gottmensch am Brunnen Jakobs mit dem Weibe aus Samaria führte, vergleicht er die von ihm der Menschheit dargebotenen Gaben einem lebendigen Wasserquell, welcher mit erfrischender Labung dahinrauscht, endloses Wohlsein zu spenden. Der Gangesstrom, wimmelnd von Badenden, der Nilstrom in Aegypten, von kinder-

lustigen Frauen besucht, wurden göttlich verehrt. Das kräftige Volk der Spartaner, das Kaltbaden im Eurotas zum strengen Gesetze heiligend, tauchte schon die Neugebornen in seinen Gebirgsfluß, und Jungfrauen wie Greise härteten darin sich ab zu ihren beschwerlichen Leibesübungen und häuslichen Arbeiten. Der berühmte griechische Lyriker Pindar beginnt eines seiner olympischen Siegeslieder mit dem Ausruf: „Das beste auf Erden ist Wasser.“ Und allgemein galt in Griechenland das Sprichwort: „Alle Uebel der Menschen wäscht das Meer hinweg.“ Sogar ihre Wöchnerinnen ließen die Macedonier kalt abwaschen. Und von den alten Bewohnern Italiens rühmt Virgil:

Hartes Geschlecht! von Geburt aus bringen wir unsere Kleinen
Erst in die Flüß' und härten sie ab im kalten Gewässer.

Welchen Werth die Söhne des Mars, die kriegeslustigen Eisenmänner, die Römer, auf den Genuß des Wassers legten, bezeugen ihre noch heutzutag bewunderten Wasserleitungen in allen Ländern ihres die damals bekannte Erde umschließenden Reiches, auf die sie unsägliche Kosten und Mühe verwendeten.

Die alten Gallier hatten heilige Quellen, worin sie nicht nur sich selbst regelmäßig wuschen, sondern auch ihre Kranken baden ließen. Ueberhaupt wie schon die Griechen jedem Fluß und jeder Quelle eine menschenfreundliche Najade als schützende Gottheit beilegten; so verehrten die alten Deutschen auch ihre Gottheiten am liebsten in wasserbegabten Hainen, an frischen Brunnen. Von ihnen

bezeugen schon J. Cäsar und Tacitus, daß sie an das Flußbad gewohnt waren, und seitdem Carl der Große das Schwimmen an seinem Hofe heimisch machte, breitete sich auch in seinem ungeheuern Reiche der Gebrauch der Bäder vorzüglich aus. Wer hat nicht von der altdeutschen Sitte unserer Väter gehört, die gewöhnliche Klasse der Aerzte Bader zu nennen, und in jeder Stadt Wasseranstalten einzurichten, von welchen die Badegassen und Stubenthore noch jetzt ihren Namen behielten? Zur Zeit der Kreuzzüge, als häßliche Ausschlagskrankheiten überhandnahmen, errichtete man allenthalben Badhäuser und Badstuben in Deutschland, so wie in den Klöstern eigene Seelenbäder für die Armen bereit standen. Vor den Trauungen und Hochzeitgelagen waren die Brautbäder üblich; dem Ritterschlage ging stets ein Bad vorher. Und wie sehr man bei den Handwerkern auf stärkende Waschungen hielt, beweiset die Einführung des Feierabends, indem jeden Samstag zum Behufe des Badens die Arbeit früher eingestellt wurde; es gingen da eigene Badprocessionen mit klingenden Becken durch die Straßen, um an das Baden zu erinnern. Nur als der heilsame Gebrauch auch Mißbräuche mit sich führte, als diese regellosen Zusammenkünfte Anlaß zur Sittenlosigkeit wurden, als sogar um die Mitte des vierzehnten Jahrhunderts sie die Mittheilung der Lustseuche beförderten, kamen diese öffentlichen Bäder in immer größern Verfall, welcher nicht stattgefunden hätte, wäre die Zeit schon reif gewesen, durch zweckmäßige Einrichtungen und Gesetze dem Mißbrauche zu steuern.

Erst in den Zeiten der Verweichlichung und des Sittenverderbnisses brachte man die Warmbäder auf mit dem Gemisch künstlicher Salbungen, welche nicht so sehr stärkten, als wollüstig reizten, und zu entnervenden Genüssen aller Art augenblicklich tüchtig machten. Wie weit es hierin ein sinnlich verwöhntes Volk zu bringen vermag, beschreibt unter andern Bulwer in seinen „letzten Tagen von Pompeji." Bekannt ist Baja mit seinen Warmbädern, wohin die reichen Römer zogen, um ihrer verschiedenen Uebel in Schwefeldünsten los zu werden. Daß dieselben dennoch keine volle Genesung zu erwirken vermochten, erfuhr an sich der gute Horaz, weßhalb er sich auf den Rath des kaiserlichen Arztes Antonius Musa entschloß, es mit dem Kaltwasser zu versuchen; und als er eine Lustreise ins Neapolitanische vorhatte, erkundigte er sich zuerst bei seinem Freunde Numonius Vala über die Beschaffenheit des Wassers in dortiger Gegend, im 15. Briefe des 1. Buches schreibend:

„Wie mild zu Velia der Winter sei,
wie zu Salern die Luft, und was das Land
für eine Art von Menschen trage, wie
der Weg dahin — doch eh ich weiter frage,
mein lieber Vala, wisse, daß mir Musa
Antonius das warme Bad zu Bajä
so viel als unnütz hält, und mit den Leuten dort
mich ganz entzweit hat, die sich ordentlich
ereifern, wenn sie mich zu dieser frost'gen Jahreszeit
noch gar im kalten Wasser baden sehen.
Denn daß ein Kranker ihr Myrtenwäldchen
verlassen, ihre weit und breit für Gicht
und Podagra gepries'nen Schwefeldämpfe
verachten, und ein solcher Waghals seyn kann,
den Quellen Clusiums seinen Kopf und Magen

zu unterstellen, und das kalte Land
der Gabier ihrem milden vorzuziehn:
ist freilich eine That, worüber billig
der ganze Flecken seufzt. Gleichwohl kanns nun
nicht anders seyn, wir müssen weiter reisen
und bei den wohlbekannten Ruhestellen
vorbei den Klepper lenken. „Nun wohin?“ —
„Der Weg geht nicht nach Cumä oder Bajä,“ wird
dem Widerspänst'gen mit dem linken Zügel
der ungehaltne Reiter sagen; denn
das Pferd hat seine Ohren im Gebiß. —
Um also, Freund, zurück zu meinen Fragen
zu kommen, melde mir — denn deine Antwort
wird meine Wahl entscheiden — wo von beiden
besagten Orten sichs wohlfeiler lebt?
auch ob sie Regenwasser trinken, oder
lebend'ges Brunnenwasser? nach dem Wein
in dieser Gegend ist nicht noth zu fragen....

Schon aus dieser Horazischen Epistel geht hervor, daß den römischen Aerzten die heilende Kraft des Wassers nicht unbekannt geblieben war. Der Kaiser Augustus war in Folge seiner Anstrengungen gegen Witterung so empfindlich geworden, daß er im Winter vier Unterkleider trug, und das Wasser scheuend sich in die trockene Wanne setzte, darin durch abwechselnde Bewegung der Arme und Beine sich erwärmen zu können. In seinem vierzigsten Jahre von einem Feldzuge nach Rom gekehrt, litt er heftige Leberbeschwerden; seine allgemeine Schwäche mit Abmagerung und andere böse Zufälle ließen den baldigen Tod durch Auszehrung befürchten. Der Leibarzt Camelius bemühte sich, ihn mit allerlei Mitteln, auch warmen Bädern und Getränken zu heilen, ja er ließ das Zimmer des Kranken mit Pelzwerk tapeziren, ohne daß es sich mit der Gesundheit

des Leidenden bessern wollte. Da schlug Musa den entgegengesetzten Weg ein, schrieb Pflanzenkost und reichlichen Genuß frischen Wassers, auch Begießungen damit vor, und bewirkte nicht nur des Kaisers Genesung, sondern erwarb sich auch selbst den ruhmvollsten Dank, indem ihm der Genesene ein Geschenk von 400,000 Groschen machte, ihn zum Ritterstand erhob, und durch eine Denksäule im Tempel des Aesculap verherrlichte. Der ältere Plinius erwähnt in seinem großen Werke über „die Gegenstände der Natur" B. 29 dieses Antonius Musa als eines Arztes, welcher die verworrenen Heilarten der damaligen Zeit umstürzte, und fährt fort: „Auch Charmis aus Marseille überfiel Rom, und verwarf nicht allein die früheren Aerzte, sondern die Warmbäder überhaupt, er bewog die Leute, auch bei Winterfrösten in Kaltwasser zu baden. Er tauchte seine Kranken in die Teiche unter. Selbst greise Staatsminister sah man daselbst vor Kälte erstarren." So wurde das Kaltbad Mode, und diese hatte wie gewöhnlich den Mißbrauch zur Folge, dem selbst durch Gesetze mußten Schranken gesetzt werden. Dafür kam bald ein anderer Mißbrauch auf, das Trinken von heißem Wasser, dessen öffentlichen Verkauf ebenfalls Kaiser Claudius verbieten mußte. Doch wird noch von dem Kaiser Septimius Severus (im 3. Jahrh.) berichtet, daß er von einem langwierigen Gliederreißen durch kalte Bäder glücklich befreit wurde.

Aber schon Jahrhunderte früher hatte Pythagoras (530 J. v. Chr.) den Gebrauch der kalten Bäder aus Aegypten nach Griechenland gebracht,

und seinen Schülern als Kräftigung für Körper und Geist zum Gesetze gemacht; hatte insbesondere der berühmte Vater, der Arzneiwissenschaft Hippokrates (400 J. v. Ch.), Schüler des Herodikus, welcher der erste auch schon Reibungen des Körpers mit den Bädern verband, das Kaltwasser in den wichtigsten Krankheiten, besonders Lungenentzündungen, empfohlen, und die Bemerkung gemacht, daß kalt gebraucht es wärme, aber warm angewendet es erkühle. Als er sich von den ägyptischen Priestern die beim Tempel des Aesculap hängenden Tafeln, worauf die Krankheiten der Genesenen und die Heilmittel derselben verzeichnet waren, erklären ließ, fand er, daß das Wesentliche bei diesen Heilungen nur die angewendeten Flüßigkeiten, die Zusätze aber bloße Blendwerke waren, wodurch man sich den Anschein des Geheimnisses zu geben wußte. Von den Römern war es vor andern Asklepiades im 1. christlichen Jahrhundert, welcher die Kaltbäder, namentlich bei Nervenleiden empfahl. Nach ihm verordnete Celsus, der „Cicero unter den Aerzten," Kaltwasser vorzüglich bei Kopf- und Magenleiden, und bei der ihm schon bekannten Cholera. Der französische Arzt Percy urtheilte von ihm, dessen reine, zierliche Schreibart er rühmt, es sey nicht genug zu bedauern, daß er so blind war, dem falschen Geschmack seiner Zeit zu opfern, welche die Anhäufung der unvernünftigsten und kostspieligsten Arzneien begünstigte. Professor Oertel in Ansbach sammelte in der lateinischen Abhandlung de aquae frigidae usu Celsiano, 1826, 4. die Stellen seiner Schriften, worin er das Kaltwasser innerlich

oder äußerlich benützt will. Galenus (im 2. Jahrh. v. Ch.), — von dem Dr. Mauthner in seinem classischen „Wasserstrahl" bemerkt: „dieser geniale Arzt, der vermög des ausserordentlichen Ansehens, das er bei seinen Zeitgenossen besaß, und in einem noch weit höheren Grade bei der Nachwelt gewann, bestimmt zu seyn schien, der auf endlose Abwege gerathenen Praxis eine neue bessere Richtung zu geben, hat vielleicht mehr als irgend ein anderer zum Verfalle der einfachen Behandlung der Krankheiten beigetragen. Die specielle Darstellung seiner Heilmethode ist nichts als ein Chaos von Arzneigemischen, worin namentlich das, was über den Nutzen des einfachen kalten Bades gesagt ist, ganz vergraben liegt" (S. 151) — rühmt dieses Bad nicht nur für die Tage der Gesundheit, wo es die Haut gegen die wechselnden Eindrücke der Luft stärket, Verdauung fördert, Eßlust erhöht, und die Glieder des Leibes kräftiget, sondern auch besonders in hektischen Krankheiten, bei hitzigen Fiebern u. s. w. Oribasius, Leibarzt des Kaisers Justinian († 450), that in seinen 70 Büchern Auszüge aus früheren medicinischen Schriften, die er wissenschaftlich ordnete, den schönen Ausspruch: „Wer da will die kurze Zeit des Lebens in Gesundheit zubringen, muß recht oft kalt sich baden. Denn ich kann es kaum genug sagen, wie nützlich diese kalte Waschung sey." (Coll. libr. 10. c. 7.)

In den Jahrhunderten des sogenannten Mittelalters scheinen besonders arabische Aerzte, mit denen man durch die Kreuzzüge, durch die An-

siedlungen der Moslim in Spanien und Italien bekannter wurde, auch die Heilkräfte des kalten Wassers gepriesen zu haben. Unter den Muhamedanern bestand die Sitte, daß in dem h. Monat Ramasan der Sultan des Propheten h. Gewand, welches in einer goldenen, mit Edelsteinen besetzten Kiste verwahrt wurde, hervorzog, und nachdem man es andächtig geküßt, in ein großes Wassergefäß tauchte, dann vorsichtig es auswand und das so geweihte Wasser in Flaschen füllen und aufbewahren ließ. Es galt somit für das kräftigste Heilmittel und wurde für große Summen unter den Vornehmen des Reiches vertheilt. Die arabischen Aerzte jedoch führten auch die geistigen Droguerien des Morgenlandes ein, die sie meistens für Wunderdinge und Allmittel erklärten, und so ihrem luxuriösen Volke die stolze Verachtung so gemeiner Naturgaben, wie das Wasser, einflößten. Doch erkannten mehrere derselben auch die wohlthätigen Kräfte des Wassers, wie z. B. Rhazes († 923) und besonders Avicenna († 1036); der letzte beobachtete schon die Aufeinanderfolge von warmem, kühlen und kalten Wasser mit Rücksicht auf die Körperkräfte.

In den Zeiten der Astrologie und Magie, der Alchymie und des Suchens nach dem Stein der Weisen, kam man bei Erforschung der verborgenen Naturkräfte auch darauf, ein Allheilmittel zu finden, das alle Krankheiten hebt und das Leben verlängert. In Italien und Frankreich war es bald ein Oel, bald ein Kraut, dem man diese Kräfte zuschrieb, und bei gefährlichen Wunden wendete man unter Ceremonien und Beschwörungen einen Verband an,

der eigentlich nur Wasser enthielt. Doch fehlte es nicht an aufgeklärten Männern, welche der Wahrheit huldigten. Der Großvater des Dominikaners, der 1498 zu Florenz verbrannt wurde, Michael Savonarola aus Padua († 1462) empfiehlt kalte Begießungen in der Fußgicht, bei Augenschwäche und im Mutterblutsturze. Cardanus aus Pavia († 1575) klagt darüber, daß die Aerzte seiner Zeit so wenig die Wirksamkeit des Kaltwassers bei Gichtleiden beachten. Der Genter Arzt van der Heyden versicherte, in der Ruhrepidemie 1624 mehrere Hundert mit Kaltwasser geheilt zu haben. Der Engländer Short rühmt 1656 die kalten Bäder wider Wassersucht und den Biß toller Hunde. Wie der wackere Kaiser Max I. sich selbst von dem hitzigen Fieber befreite, das in Franken damals ihn befiel, lassen wir uns vom Probst Melchior Pfinzing aus seinem Theuerdank erzählen.

„Er bekam lauter, lauter hitzige Arzneien,
„und nahm sie auch alle Tage,
„wie sie ihm gemacht und gegeben wurden;
„er wurde aber davon viel kränker,
„denn seine Hitze nahm immer mehr zu,
„und er kam dadurch von aller Kraft.
„Als er nun davon ganz schwach geworden war,
„dachte er: Ich mag nimmer in der Hitze seyn,
„und rief einen seiner Bedienten zu sich,
„und befahl ihm heimlich einen Krug Wasser zu bringen.
„Der Bediente befolgte diesen Befehl,
„und brachte ihm heimlich einen Krug frischen Wassers.
„Sobald er das Wasser nach und nach austrank,
„war er schon nimmer so krank als zuvor,
„und fing wieder an zu genesen u. s. w.“

(S. die humoristische Anzeige dieses Heldengedichtes mit dem Holzschnitt Figur 70. nach der 2ten

Ausgabe zu Augsburg 1519 in Saphirs Humoristen 1837. Okt. Nr. 151.)

Zweite Periode.

Wenn man die Fälle, in welchen früher einige Aerzte das Kaltwasser zur Heilung der Kranken in Anwendung brachten, vergleichend zusammenstellt mit jenen, wo die bei weitem größere Ueberzahl der Aerzte mit Vernachlässigung des Wassers ihren reichen Vorrath an Arzneimitteln aus allen drei Naturreichen am Krankenbette verbrauchten: so verschwinden die ersten so völlig, daß man Mühe hat, sie aus den ersten Ueberlieferungen der Vorzeit zusammenzulesen. Erst im vorigen Jahrhundert erregten berühmte Aerzte in England, Frankreich und Deutschland Aufmerksamkeit durch die neuen Methoden, zu welchen das Wasser ihnen Anlaß gab. Sie empfahlen dasselbe auch in eigens verfaßten Schriften. Dr. Floyer schrieb seine Psychroluste (Kaltbadlehre), die in London von 1702 — 1722 nicht weniger als sechs Auflagen erlebte. Dr. Smith verfaßte 1724 eine Abhandlung von den Heilkräften des Wassers. Dr. Hancocke rühmte 1722 in dem Aufsatze: „Das große Fiebermittel" den reichlichen Wassergebrauch als heilsam auch wider die Pest; in einem Jahre mußte er sieben Auflagen davon machen. Carl, königl. dänischer Leibarzt, bearbeitete in sehr eindringender Schreibart eine: Medicina universalis im Wasser und in der Mäßigkeit zur Erhaltung und Wiederherstellung der Gesundheit" Kopenhagen 1741. J. A. Harnisch verfaßte die

Flugschrift: „Medicinisch-praktische Untersuchung der Frage: Was von den heutzutag Mode seyenden Wassertrinkern zu halten? Nebst einem Grundriß der Stadt Gera und ihren Wasserleitungen.“ Leipzig 1760.

Welche Rolle das Kaltwasser in der Chirurgie der Italiener und Franzosen spielte, wollen wir aus dem Dictionnaire des sciences medicales (Paris, Panckoucke 1814) mittheilen, in dessen 10. Bande, Artikel Eau, der Baron Percy (geb. 1754, gest. 1825) den Abschnitt über den chirurgischen Gebrauch des Wassers S. 469 — 498 verfaßte, ihn mit dem Sprüchwort: „Der Mediciner hat das laue, der Chirurg das kalte Wasser“ und der Bemerkung einleitend, es gebe keine auch noch so widersinnige Heilart, die nicht auch ihre Wunder aufzuweisen habe, und nur der Aberglaube oder die Verschlagenheit von Betrügern habe das schon in den ältesten Zeiten aus einer Art Instinkt benützte einfachste Heilmittel des Wassers allmählig ganz ausser Gebrauch gesetzt. In den italienischen Kriegen des ritterlichen Königs Franz I. sah man wieder zum erstenmal die Wunden, selbst die Schußwunden, mit bloßem Wasser behandeln. Der eben so geschickte als fromme Arzt Paré, welcher kurz zuvor sich der Bereitung des von einem berühmten italienischen Chirurgen angewendeten Wunderöls für alle Wunden bemächtigt hatte, war nicht wenig erstaunt und ungehalten, als er sah, daß ganz gleiche Erfolge mit bloßen Wasserverbänden erzweckt wurden, doch da er die mit diesen verbundenen albernen Ceremonien (man nannte das ein panser du secret) als unchristlich verabscheute,

wollte er sich selbst damit nicht weiter befassen; und weil er sich bei frischen Wunden gern des Wassers bediente, ohne die magische Zuthat glückliche Curen bewirkend, so mußte er es doch dulden, daß bei der Belagerung von Metz 1564 ein gewisser Dublet, Chirurg des Herrn von Nemours, welcher Wasser, Leinwand und Charpie mit Beschwörungen weihte, grösseres Aufsehen erregte. Auch Blondi's Buch de medicamento aquae nuper invento, Venedig 1542 kam durch die herrschenden Curen durch Sympathie und magische Formeln bald wieder in Vergessenheit. Andere verdiente Freunde der Wahrheit waren: Fallope, der in seiner Chirurgie (Venedig 1560) den Nutzen des Kaltwassers rühmte; Palazzo, der in vera methodo quibuscunque vulneribus medendi cum aqua simplici, funiculo de canabe et lino (Perugia 1570) behauptete, das gemeine Wasser sei, nach Umständen kalt oder lau, das beste Wundmittel; Joubert, der nachdrücklich gegen das Vorurtheil, das Wasser erst durch Beschwörung wirksam zu machen, eiferte; Martel, welcher mit den alchymistischen Chirurgen Denis und Dagnaron in heftigem Streite lag. Und doch kam durch die sympathetischen Curen eines Vanhelmont, durch die magischen Formeln eines Goclenius und die Gottesbandpflaster frömmelnder Aerzte das Wasser wieder bei den französischen Heilkünstlern in Verachtung, wenn es nicht von wunderbaren Zusätzen begleitet war. Nur in Italien, wo das milde Klima ohnehin zum Kaltbad und frischen Trunk einladete, gab es fortwährend zahlreiche Verehrer unsers reinen Elements. Erst 1732 versuchte Lamorier in dem

Buche l'usage de l'eau commune en chirurgie es wieder in Aufnahme zu bringen; und als der wackere Chirac den H. v. Orleans, dessen blessirte Hand schon abgenommen werden sollte, durch blosses Eintauchen und Aufgießen vollständig heilte, verkündeten die öffentlichen Blätter diese Cur durch ganz Europa. Sancassani bewies in dem Werk über die Wunden heilenden Kräfte des Wassers (Venedig 1733) durch viele Beispiele, daß es für Blessuren kein besseres und schneller wirkendes Mittel gebe, als wassergetränkte Leinwand; Benevoli erklärte, daß jeder Zusatz die wohlthätigen Kräfte des Wassers nur vermindere; ähnliches lehrte Caldani in Padua.

Nachdem Percy die Verdienste der preußischen Aerzte Schmucker und Theden rühmlich erwähnt, kommt er darauf, die Ereignisse anzuführen, welche in neuerer Zeit die französischen Chirurgen zur einfachen Anwendung des Wassers allgemeines Vertrauen fassen ließen. Es war zu Straßburg, daß im Jahre 1785 bei einer Probe neuer Artilleriestücke mehrere Kanoniere schwer verwundet und ins Militärspital gebracht wurden. Der Stabsarzt Lombard behandelte sie nach den bekannten Regeln der Kunst. Da bot sich ein elsaßischer Müller dem Commandirenden der Provinz an, die Verwundeten durch blos gemeines Wasser, das er eigenthümlich zu kräftigen verstehe, unfehlbar zu heilen, und erwirkte, daß die Soldaten ihm übergeben wurden. Percy war als Regimentsarzt damals ebenfalls zugegen, und obwohl die Feldärzte nur an jedem 12., 20. und 31. Tage zur Besichtigung des Zustandes der Kranken zugelassen wurden, beobachtete er doch genau,

daß der gute Mann wirklich die Wunden mit bloßem Flußwasser wusch, darauf ein Pulver, welches man für gewöhnlichen Alaun erkannt, streute, sie mit eingetauchter Charpie und Leinwand verband, und während der ganzen Zeit unverständliche Worte murmelte, auch allerlei Gesten mit den Händen machte. Die Wunden wurden dann nur einmal des Tages geöffnet, aber die Verbände von drei zu drei Stunden mit diesem „eau bénite“, das wirklich nach Art des Weihwassers mit Salz, heil. Worten und Kreuzen bereitet worden, übergossen. Sechs dieser Soldaten waren so übel zugerichtet, daß die Aerzte schon über das Abnehmen einzelner Glieder sich beriethen, fünf andere hatten zerschmetterte Arme. Nach sechs Wochen aber waren die Wunden vernarbt, ohne namhafte Schmerzen dabei; zwar blieb mancher Finger gekrümmt, da der Heilkünstler ihre weitere Behandlung nicht verstand, aber die Soldaten waren doch geheilt; die Aerzte mußten gestehen, sie wären selbst nicht im Stande gewesen, mit ihrer Methode die Cur so schnell und so leicht zu bewerkstelligen. Aber durch diese Beschämung zum Studium getrieben, kamen sie bald zur Erkenntniß, daß zwar die Zaubereien des Müllers eben so lächerlich als überflüssig, das Wasser, das gewöhnliche, aber gleicherweise, wenn nicht besser zum Heilzweck führe, als die bisher von ihnen angewendeten Mittel. Eine ähnliche bald darauf wiederholte Kanonenprobe gab innerhalb zweier Monate 34 Blessirte, und diese behandelte nun Lombard mit blos gemeinem Wasser, das er bald kalt, bald lau anwendete, so erfolgreich, daß sie in 45 Tagen schon alle hergestellt waren. Da verlor die Wun-

dercur ihren Credit, der Müller wurde heimgeschickt, und die Verwundeten blieben fortan in den Händen der königl. Chirurgen. Lombard verfaßte 1786 einen den ganzen Gegenstand erläuternden Bericht sur les proprietés de l'eau simple employée comme topique dans la cure des maladies chirurgicales, welcher dem Ministerium eingesendet wurde. Percy fand es aber noch immer nöthig, um nicht das Vertrauen seiner einmal befangenen Kranken einzubüßen, anfangs dem Wasser etwas Bleizucker, das ihm den Anschein einer künstlichen Arznei verlieh, beizumischen, und erst nach vielfältigen Proben und Belehrungen wagte er es mit seinen Collegen, auch diesen Schein abzuwerfen. — Noch einen Fall erzählt Percy aus dem Jahre 1792, wo ein Bataillon Freiwilliger, das Anfang December aus Paris marschirte, am Weihnachtstage beordert wurde, eine Anhöhe bei Trier zu stürmen. Das auf sie herabgeschossene Feuer hatte an sechzig von ihnen die Füße zerschmettert; ein großer Theil derselben wurde in das Militärspital von Sarrelouis gebracht, die übrigen kamen in das Kloster zu Consarrebruk, wo zwei deutsche Chirurgen sie versorgten; indem man sie, vielleicht blos weil es an andern Arzneimitteln fehlte, mit gemäßigtem Wasser badete, mit nassen Compressen umwickelte, und diese immer wieder befeuchtete. Bis auf vier, die wegen anderer Zwischenfälle starben, kamen alle glücklich davon, so daß die Glieder auch selbst ihre Gelenkigkeit gewannen. Und Percy beruft sich auf die Flüße der verschiedenen Länder, wohin der Krieg die siegreichen Franzosen führte, als Zeugen, wie die Feldärzte der kaiserlichen Armee nur in ihren

Fluthen die Wunden der Tapfern heilten. Larrey hatte sogar durch einen eigenen Befehl an seine Chirurgen die Anwendung geistiger Mittel verboten. Indem Percy umständlich nachweiset, wie weit vorzüglicher das Wasser sei, Entzündungen zu verhüten und zu mildern, als Branntwein und Pflaster, welche auch das Reinigen der Wunden erschweren, und welch unermeßlichen Vortheil es gegen die Kostspieligkeit der Feldlazarethe, und besonders auf den Schlachtfeldern gewähre, wo häufig die Kunstpräparate der Apotheker nicht aufzutreiben sind, und nur Wasser noch zu haben ist; indem er seine zahlreichen Erfahrungen anführt, welche die Sicherheit des Erfolgs bei dieser Methode außer Zweifel setzen und viele Belehrungen über die Art und Weise, das Wasser in verschiedenen Fällen zweckmäßig anzuwenden, mittheilt, schließt er mit dem Ausspruch: „Wenn Sydenham meinte, er würde der Medicin entsagen, wenn man ihm das Opium nähme: so wolle er aus dem Militärspitale treten, wenn man das Wasser ihm nicht gestattete. Er kenne kein besseres Mittel, zerfleischte, schlecht behandelte Gliedmassen, die man sonst schon amputirt hätte, vollkommen zu heilen, und zwar ohne jene Nachtheile, welche die andern bisher gebrauchten Mittel gewöhnlich an der Haut zurückließen." Lombard äußert S. 240 seines Werkes: „Ich glaubte zu bemerken, daß die gebrochenen Glieder, die mit Wasser behandelt wurden, weniger abmagerten und nachdem die Brüche sich wieder befestigt, viel freier sich bewegten, als nach Anwendung geistiger Mittel. Und was mir am meisten auffiel, ist, daß der Verlauf der Genesung

weniger schmerzhaft und kürzer war." Unter den beigebrachten Fällen ist der von einem betagten Klostergeistlichen, welchen das Podagra an seinen Stuhl fesselte, der aber, ein eifriger Bücherfreund, um aus der Bibliothek sich etwas holen zu können, weite Stiefel von Pferdehaut und mit Wasser gefüllt anzog, mit denen er, so schwer sie waren, sich ohne Schmerzen dahin zu schleppen vermochte; der von einem polnischen Capitain mit zerschmetterter Kniescheibe, dessen Verwandte in Warschau seinen Fuß Tag und Nacht begoßen, so daß er doch wieder einzuschlafen im Stande war; und der eines gewissen Herrn v. Lorges, dessen chronisches und höchst hartnäckiges, krebsartiges Fußgeschwür den Versuchen der berühmtesten Aerzte widerstand, bis es einem erfahrnen Schweizersoldaten gelang, das Uebel mit bloßem Wasser schon in einem Monat vollkommen zu heilen.

Herr Percy redet auch mit höchster Anerkennung von dem Buche des Professor Kern in Wien: Avis aux chirurgiens pour les engager à accepter et à introduire une methode plus simple, plus naturelle et moins dispendieuse dans les pansemens des blessés, 1809 und tadelt nur seine Täuschung, daß er diese Heilart, welche von den Franzosen längst gekannt und geübt war, seine Erfindung nenne, diesen Ausdruck höchstens in Bezug auf sein eignes Vaterland, „wo man immer viel salbte und pflasterte" ihm gestattend. Er setzt hinzu: „Die Feldärzte des französischen Hauptquartiers, das gerade in dieser Hauptstadt stand, sahen solche Rathschläge als einen gegen sie gerichteten Spott an; und wenn einige

sie zu widerlegen unternahmen, so bewiesen sie nichts anderes, als daß sie ihnen wirklich noth thaten, und sie besser gehandelt hätten, dieselben zu befolgen, als bei ihrem Schlendrian zu beharren, mit welchem so viel Mißbrauch getrieben wurde."

Doch das Verdienst, den medicinischen Gebrauch des Kaltwassers nach richtigen Grundsätzen und Anzeigen bestimmt, und dadurch eigentlich erst in die wissenschaftliche Heilkunde eingeführt zu haben, gebührt dem Liverpooler Arzte Currie, dessen 1797 erschienene Schrift über die Wirksamkeit des kalten und warmen Wassers man als die Grundlage der systematischen Wasserheilkunde betrachten kann. Er hatte die ausserordentlichen Wirkungen des kalten Wassers in bösartigen Fiebern mittels allgemeiner Begießungen durch Wright, Arzt auf Jamaica, später in Westindien kennen gelernt, welcher die auf seinem Schiffe ausgebrochenen bösartigen Fieber dadurch mit Erfolg heilte, daß er seine Kranken mit ganzen Eimern Seewasser wiederholt überschütten ließ *). Epoche machend in der populären Medicin,

*) Die Biographie universelle (Paris, Michaud 1817) enthält im 20. Bande unter dem Artikel Howard, (des berühmten Menschenfreundes, welcher die Verbesserung der Gefängnisse sich zur Lebensaufgabe machte, geb. 1726, gest. 1790) folgende Stelle: „Man erzählt, daß er sich nasser Tücher, Leinwand und Kleidungsstücke zu bedienen pflegte, und daß er, bevor er sich zu Bett legte, so wie beim Aufstehen, sich ein grobes Tuch umwickelte, welches in Wasser, so kalt es nur zu haben war, eingetaucht worden. Wenn er es eine halbe Stunde an sich hatte, so fühlte er, wie er sagte, sich ganz ausserordentlich gestärkt. Wahrscheinlich war es

war aber Tissot's berühmter: Avis au peuple sur la santé, Paris 1770, in dem er tägliche Waschungen auch der zartesten Kinder und selbst der Greise, in Flüssen oder Wannen, als wesentlich heilsam nachwies. In Deutschland bekannter ist Tissot's „Anleitung für das Landvolk in Absicht auf seine Gesundheit". Zürich 1778 und 1787. Oberflächliche Erwähnung des häufig angewendeten Kaltwassers zur Heilung der Geisteskranken thut in neuester Zeit auch der berühmte französische Arzt E. Esquirol (Des maladies mentales, Brüssel 1838 Bd. 1. S. 73 — 75). Nur als ein Beispiel von der fast unglaublichen Ausdauer des menschlichen Organismus führen wir (aus S. 220) die Geschichte der Teroenne de Méricour an, die in einem Alter von etwa 30 Jahren zur Zeit der Revolution zwischen 1789 und 1792 als Lustdirne und Aufwieglerin eine fürchterliche Rolle spielte, 1800 aber in die Salpêtrière irrsinnig gebracht wurde und 1817 in diesem Zustande daselbst starb. Diese Person, von der lebhaftesten Gemüthsart hatte das eigene, daß sie kein Gewand, selbst nicht ein Hemde auf sich litt und keine Scheu hatte, sich ganz nackt zu zeigen, dagegen aber täglich früh und abends, auch sonst des Tages mehrmal ihr Strohlager mit einigen Kübel Wasser überschüttete, und so mit bloßem Leintuch oder einer Decke Sommer und Winter schlief, auch auf dem Steinpflaster mit nackten Füßen ging, das kälteste, selbst schmutzi-

---

blos in Folge dieser Art von körperlicher Abhärtung, daß er im Stande war, der verpesteten Luft der Gefängnisse, die er besuchte, Trotz zu bieten."

ges Wasser trank, Federn, trockene Blätter und aus dem Mist gezogene Fleischbrocken aß, und bei dem allen sich ganz gesund befand. Sie wurde 57 Jahre alt.

Der berühmte Halle'sche Arzt, Dr. Friedrich Hofmann († 1742), „diese Zierde deutscher Aerzte," von welchem die Hofm. Tropfen erfunden worden, schrieb 1712 seine „Abhandlung über das Wasser als Universalmedicin." Dieser deutsche Arzt that folgenden Ausspruch: „Ist je etwas in der Natur zu finden, was den Namen Universalarznei verdient, so ist es nach meiner Meinung gewiß nichts anders, als das gemeine Wasser, weil es erstens allen Naturen, in jedem Alter und zu jeder Zeit wohl zusagt; weil zweitens kein besseres Präservativ für Krankheiten zu haben ist; weil es drittens in acuten wie chronischen Krankheiten unfehlbar hilft, und weil es viertens dem Arzte bei allen Indicationen Genüge leistet. Sollte Hofmann, als er dieses schrieb, so ganz seines gesunden Verstandes beraubt gewesen seyn? Er kam zu dieser Erkenntniß auf Veranlassung eines Kranken, der in einem heftigen Choleraanfall um einen Trunk frischen Wassers bat, und nachdem dieser ihm von Hofmann, obschon er ihn als verloren aufgab, verweigert worden, in dessen Abwesenheit zwei große Gläser ausgetrunken hatte. Der zurückgekehrte Arzt bemerkte mit Erstaunen die glückliche Wendung der Krankheit, die nun auch in wenigen Tagen vollkommen gehoben war. Schwertner, praktischer Arzt zu Jauer in Schlesien, sammelte 1733—43 die besten auf das Wasser bezüglichen Schriften (31 an der Zahl) der Engländer, Franzosen und Deutschen un-

ter dem Titel: „Medicina vere universalis.“ Einen noch größeren Namen erwarb sich ein anderer Schlesier Dr. Joh. Sigm. Hahn zu Schweidnitz († 1773), dessen Vater schon, Dr. Sigm. Hahn seine Erfahrungen über des Wassers Heilkräfte in mehren Schriften bekannt gemacht hatte (1732—38). Der Sohn bildete diesen Gegenstand noch mehr aus in dem Werke: „Unterricht von Kraft und Wirkung des kalten Wassers,“ das 1783—84 in 4 Auflagen verbreitet wurde. Der preußische Generalchirurg Dr. Theden († 1797) wurde durch S. Hahn, der ihm alle seine Aufsätze mittheilte, auf die Heilkräfte des Wassers in zahlreichen Fällen aufmerksam; und mit dankbarer Anerkennung rühmt er in seinen: „Bemerkungen und Erfahrungen,“ wie er durch dasselbe Hypochondrie und Schwindel an sich selbst, Entzündungen, Brüche, Pocken, Fieber, Tobsucht u. dgl. m. an andern glücklich geheilt, ja 1760 durch einen männlichen Entschluß seine Leidenschaft Thee zu trinken, die gefährliche Zustände ihm verursachte, und alles warme Getränk aufgab, blos frisches Wasser, täglich 1—7 Maß, an dessen Stelle setzend, und sein Leben auf solche Weise bis über das 80ste Jahr verlängerte. Auch Vater Hahnemann rühmt in einer Abhandlung: „Anleitung, alle Schäden und faule Geschwüre gründlich zu heilen“ Lpz. 1784, das frische Wasser, ohne welches er Kranke mit alten Geschwüren dauerhaft nicht heilen zu können versichert, hinzufügend: „Wenn man irgend eine allgemeine hilfreiche Arznei hätte, so würde es das Wasser sein.“ Dr. Harder in Petersburg († 1821), dessen Neffe vor wenigen Jahren auch in Gräfenberg war und die dortige Heil-

art seitdem in größerem Umfange nachahmt, wendete in dem verzweifelten Falle einer häutigen Bräune kalte Begießungen bei seinem eigenen Kinde an und rettete es so vor dem gewissen Tode. Sein anderthalbjähriges Mädchen hatte diese Krankheit bereits zweimal überstanden, als es im Sommer 1819 davon zum dritten Mal ergriffen wurde. Diesmal wollte kein Mittel mehr anschlagen; die Kranke rang schon fast mit dem Tode. Da ließ er sie mit dem Bauch auf ein Heukissen legen, an den Gliedern festhalten, und mit zwei Eimern Wasser von 12—18° R. aus einer Höhe von einer Halbelle schnell übergießen, und zwar vom Kopf an über den Rücken und vorzüglich über des letztern obern Theil. Das Kind wurde dann schnell abgetrocknet und in erwärmte Betten gebracht. Alsbald wurde das Athmen freier, der gesammte Zustand besser. Doch wegen erneuerter Zufälle wiederholte er nach zwei Stunden die Uebergießung. Es folgte Besserung, aber doch waren zur Beseitigung aller Gefahr zehn Uebergießungen erforderlich. Dasselbe Mittel wendete er dann noch bei ein Paar andern Kindern im entzündlichen Zustande mit Glück an. Diese Erfahrungen mußten wohl den noch lebenden jungen Dr. Harder veranlassen, nach erhaltener Kunde von Prißnitz diesen im Jahre 1835 selbst zu besuchen, wo er dann seine Kenntniß beträchtlich zu erweitern, Gelegenheit hatte. Er war einer der wenigen Aerzte, welcher es verstand, Prißnitz's Vertrauen im hohen Maße zu erwerben. Er reisete hierauf nach Paris, mit der Hoffnung, daselbst die Wasserheilart in Aufnahme zu bringen; doch soll dieses ihm nicht gelungen sein.

Ob dieser nun wieder heimgekehrte Arzt sich herbeigelassen, seine Erfahrungen, wie er versprochen, in einer eigenen Schrift ans Licht zu stellen, ist nicht bekannt. Möchte unser Büchlein auch in seine Hände gelangen, und ihn an das erinnern, was die Wissenschaft, was alle Wasserfreunde von ihm erwarten. — Schon der Vater indeß fand unter den Aerzten viele Nachahmer.

Im Jahre 1821 bestimmte der verstorbene Veteran deutscher Aerzte unserer Zeit, Hufeland, einen Preis von fünfzig Ducaten auf die beste Beantwortung der Frage: „welchen Werth die seit Dr. Currie bekannt gewordene äußerliche Anwendung des kalten Wassers in hitzigen Fiebern, der Erfahrung gemäß, habe;" und von den drei eingebrachten Arbeiten gab er der von unserm noch lebenden Dr. Frölich von Frölichsthal den Vorzug; theilte sie jedoch mit den beiden andern von Reuß und Pitschaft im Supplementtheil seines Journals der praktischen Heilkunde, Berlin 1823 der Welt mit. Noch in spätern Jahren machte Dr. v. Frölichsthal durch die Wienerzeitung auf die Vorzüge der kalten Behandlung in Scharlachkrankheiten aufmerksam und forderte zur allgemeinen Anwendung derselben auf. An Dr. Kolbany in Preßburg fand er einen sehr glücklichen Nachfolger. Auch Dr. Höger in Prag heilte sowohl Scharlach als Typhus mit kaltem Wasser. Wie viele Verdienste überhaupt sich österreichische Aerzte um die Menschheit durch den Fleiß erworben haben, den sie auf dies Studium der Wasserheillehre gewendet, wird am ersichtlichsten durch die Anführung ihrer Schriften hierüber dargelegt, die wir hiemit versuchen.

Schon van Swieten († 1772), der Leibarzt unserer großen Kaiserin Maria Theresia, führte in seinen Commentarien zu den Aphorismen Boerhave's, seines berühmten Lehrers, (5 Bände 1754) viele freilich noch nicht durch seine eigenen Erfahrungen gewonnene Beispiele vom Heilgebrauche des kalten Wassers an.

Der große Arzt, Prof. J. P. Frank in Wien († 1821) ermahnte in seinem Werke von der medicinischen Polizei, alle Schüler, Waisenkinder, Findlinge, Züchtlinge u. a. wochentlich wenigstens zweimal ins Kaltbad zu führen, wohlbekannt mit den Gründen, welche dieser Theil der körperlichen Diät vorzüglich für diese Classe der Menschen als höchst wohlthätig erweise.

Dr. Ferro († 1809), welcher die Bewohner Wiens zuerst auf die heilsame Benützung der Donaubäder mit mannhaftem Eifer aufmerksam machte, schrieb: „Vom Gebrauche des kalten Bades, Wien, 1790. 2te Auflage, mit vier Kupfertafeln, die Einrichtung eines Donaubades zeigend."

Zeller, erster Geburtsarzt im Wiener allgemeinen Krankenhause, zeigte in seinen „praktischen Bemerkungen über den vorzüglichen Nutzen des allgemein bekannten Badschwammes, und des kalten Wassers bei chirurgischen Operationen," Wien, 1797, wie weit zweckmäßiger als das gewöhnliche, schmerzhafte und unsichere Verfahren bei Verwundungen und Verblutungen, die einfache Hilfe des kalten Wassers sei.

Obwohl kein eigentlicher Arzt, empfahl auch der Hofkaplan Holzmann in dem „Wasserfreund, ein Buch für Kranke und Gesunde," Wien 1805, 2te

Aufl. den reichlichen Gebrauch dieses natürlichen Heilmittels, und bemerkte schon, wie häufig so manche Heilungen durch Arzneien blos zufolge der damit gemischten Menge von Flüssigkeiten bewirkt worden sein mochten.

Dr. Mühlibach schrieb eine Prüfung der heilenden Kräfte des Wassers zur Erhaltung des menschlichen Lebens." Grätz 1818.

Seit dem Jahre 1805 hatte Dr. Kern in Wien über den wundärztlichen Gebrauch des kalten Wassers mehre Schriften herausgegeben, und seiner wirksameren Methode eine durch die ganze Monarchie sich verbreitende Aufnahme gewonnen, ja zur Zeit des Wiener Congresses die Leibärzte fast aller europäischen Monarchen zu bewundernden Zeugen derselben gemacht, als Dr. Walther zu Bonn, jetzt in München, im Jahre 1826 das Vorgangsrecht in dieser Praxis sich selbst öffentlich beilegte, weßhalb Fenderl, ein wahrheitsliebender Schüler Kerns (jetzt in Triest), diesen nachdrücklich zurechtwies in der Schrift: „Ueber das Eigenthumsrecht der von Hrn. Prof. von Walther zu Bonn im Jahre 1826 aufgestellten Grundsätze, Wunden, Abscesse, Geschwüre und Fisteln zu behandeln." Wien 1837. Im Jahre 1809 erschien Kerns Avis aux chirurgiens, dem im selben Jahre, bei Anwesenheit des französischen Hauptquartiers in Wien, der Stabsarzt Roques seine Analyse et réfutation des avis etc. dieser Schrift entgegen setzte. Wie aber im Jahre 1814 der Baron Percy die Priorität der Erfindung oder die Neuheit der Methode unserm Kern streitig machte, ist bereits oben des Mehren erzählt worden. Nur bei-

läufig werde noch aus unserer Zeit ein französischer Wundarzt Josse, Oberarzt des Hôtel-Dieu, genannt, von dem es jedoch ungewiß ist, in wie fern er schon der folgenden Periode angehören dürfte. Dessen Sohn verlegte seine: Melanges de Chirurgie pratique, emploi de l'eau par la méthode des affusions, pansemens rares etc. Paris, Bichet und Amiens, 1835.

Dr. Mekarsky von Menk verfaßte Notizen über Gymnastik in vorzugsweiser Beziehung auf die zweckmäßige Anwendung der kalten Bäder in offenen Wässern und der Schwimmkunst, mit besonderer Rücksicht auf die öffentlichen Donau-Badanstalten." Wien 1831.

Dr. v. Kathlor's „Zweckmäßigster Gebrauch und Anwendung der kalten und warmen Haus- und Flußbäder zur Erhaltung der Gesundheit, Jugend und Schönheit." Wien 1821 (mit bloß neuem Titelblatt 1837.)

Ein Wort zu rechter Zeit ist Dr. Müllers „die Cholera und die Anwendung der Kälte, als einfachstes Schutz- und Hauptheilmittel derselben." Wien 1832.

Doch im wissenschaftlichen Werthe alle Vorgänger überbietend ist Dr. Mauthners auch typographisch ausgezeichnetes Buch: „Die Heilkräfte des kalten Wasserstrahls." Wien 1837 mit vier Kupfertafeln. Die fleißige Forschung, ernste Schreibart, reichhaltige Literatur, aus welcher die belehrendsten Stellen in den Ursprachen beigebracht werden, machen das Buch zu einem unentbehrlichen Hülfsmittel der Wasserkunde; und da es seiner Bestimmung nach blos die eine Seite des Gegenstandes, nemlich die

mittels des Falles mögliche äußere Anwendung des Wassers beleuchtet, so läßt sich der Wunsch nicht unterdrücken, es wolle dem gelehrten Verfasser gefallen, seinen Fleiß auch noch den andern Theilen der Wasserheillehre zu widmen, und die Heilkräfte des als Bad, Bähung und Trank gebrauchten Kaltwassers vollständig zu würdigen.

Von den Ausländern werde noch Dr. Fr. W. Vogt, Professor der Heilkunde in Gießen genannt, der schon in seinem 1821 erschienenen und 1838 in 4 Auflagen wiederholten Lehrbuch der „Pharmakodynamik" im ersten Bande S. 438–486 „die Kälte," als zur Ordnung der antiphlogistischen Heilmittel gehörig, mit besonderem Fleiße behandelt, deren Erst- Nach- und Totalwirkung unterscheidet, und die Fälle im Einzelnen erläutert, wo sie als kalte Luft und kaltes Wasser, und dieses wieder in verschiedenen Kältegraden, auch als Eis und Schnee und in allerlei Formen als Trank, Begießung, Douche, Bähung, Einspritzung, Waschung und Bad heilkräftig anzuwenden ist. Vogt rettete durch diesen Aufsatz die Ehre seines Standes, indem es gewiß auffallend ist, daß nach so ansehnlichen Vorgängen des Alterthums und der Neuzeit doch in keiner Beschreibung des Apothekenarsenals (materia medica) dem Wasser ein Plätzchen gewidmet wurde, weil man sich mit unglaublicher Verblendung einbildete, daß es zu nichts weiterm als zum Verdünnen der Arzneigaben nütze sei. Allein selbst der neueste Herausgeber dieses Lehrbuchs wußte nichts zur Vervollkommnung dieses Aufsatzes von Vogt beizufügen und würdigte das schon in alle Welt ausgegangene Verfahren in Gräfenberg

auch nicht einer Erwähnung. So wahr bleibt es, was der Apostel sagt, daß Gott die Ungelehrten, die Verachteten erwählt, um die Weisen und Angesehenen zu beschämen, damit vor ihm kein Fleisch sich rühme (1 Kor. 1, 27—29.).

Endlich verdienen noch folgende Schriften für den Schluß dieser Periode angeführt zu werden:

Hufeland: Nöthige Erinnerungen an die Bäder und ihre Wiederherstellung. Weimar 1801.

— — Sur les bains tièdes, trad. et augm. par Wichelhausen. Mannheim 1803. Schwan u. Götz.

— — Guter Rath an Mütter über die physische Erziehung der Kinder. Basel und Leipzig 1836. Rottman u. Enoblech.

— — Makrobiotik, 5te Aufl. Berlin 1823. Deimer.

— — Element des Wassers. Neue Auswahl kleiner med. Schriften. Berlin 1834. Veit u. Comp.

Tanchou. Du froid et de son application dans les maladies. Uibersetzt von Wendt. Leipzig 1825.

Macquart. Manuel sur les propriétés de l'eau dans l'art de guérir. Paris 1783.

Rouvière. La médicine sans médecin. Paris 1823.

Coifier. De l'eau considérée comme boisson. Par. 1807.

Canat. Dissert. sur l'usage tant intérieur qu'extérieur de l'eau froide et de la glace dans les maladies internes. Montpell. 1803.

Röwer, Fr. Uiber Waschen und Baden, vorzüglich mit und in kaltem Wasser, als die souverainsten Mittel, sich reine Haut, frische Farbe, dauerhafte Gesundheit und ein kräftiges vergnügtes Alter zu verschaffen. Magdeburg 1827.

Dritte Periode.

I. Vinzenz Prißnitz.

So viele glückliche Versuche die bisher genannten Aerzte und andere, wegen welcher auf die geschichtlichen Darstellungen Oertels und Mauthners verwiesen werden muß, angestellt, und in Folge deren sie in ihren Schriften dem Kaltwasser den Ruhm eines kräftigen, ja allgemein anwendbaren Heilmittels gesichert haben: so stellte doch keiner dieser um das Menschenglück verdient gewordenen Männer sich die große Aufgabe, eine heilkundliche Theorie des Kaltwassers zu erfinden, die auf wissenschaftlichen Grundsätzen fußend, die Natur dieses Elementes und dessen zweckmäßige Anwendung in ihrem ganzen Umfang erforschte und darstellte; noch weniger unternahmen sie es, eine Wasserheilanstalt ins Leben zu rufen, worin mittels desselben der Heilzweck nach allen möglichen Richtungen, mit allen zulässigen Abstufungen verfolgt und seine Erreichbarkeit bethätiget wurde. Wie so viele andere, und die wichtigsten, die jetzt unentbehrlichsten Erfindungen und Wohlthaten dem Menschengeschlechte nicht durch Gelehrte, nicht durch die amtlich berufenen Meister der Kunst und Schule, sondern durch Leute zu Theil wurden, die in der Niedrigkeit des alltäglichen Lebens durch einen Zufall, durch eine gnädige Fügung des Himmels, ohne Anspruch auf Ruhm und Lohn, oft sich selbst unbewußt, den glücklichen Wurf machten, und eine neue Ordnung der Dinge bewerkstelligten: so verdankt auch die Wasserheilkunde als selbstständige Wissenschaft ihr Entstehen

einem Manne, der von Natur und Beruf blos zur Bestellung des Ackers, zum bescheidenen Lose stiller Häuslichkeit in einem fast unbekannten Winkel seines Vaterlandes bestimmt zu sein schien, der aber lang, ehe noch ein Arzt die Wichtigkeit seines Schaffens bemerkte und würdigte, von Erfindung zu Erfindung fortschreitend, das schon mit dem seltensten Erfolg übte, was erst später in schulgemäßen Zusammenhang zu bringen, und auf Grundsätze zurückgeführt, als einen ergänzenden Zweig der umfänglichen Heilkunde darzustellen versucht wurde. Dieser Glückliche ist Vinzenz Prißnitz *), und die von ihm geschaffene „Wasseruniversität" Gräfenberg ist ein Name, der wohl einem Berge an der nördlichsten Grenze von Oesterreichisch-Schlesien, wo einige Bürger des nahen Städtchens Freiwaldau sich angesiedelt, zukommt, aber als Ortsbezeichnung noch jetzt in keiner Topographie, auf keiner Landkarte erscheint.

Von der Natur mit glücklichen Anlagen, besonders mit einer großen Beobachtungsgabe und vielem Scharfsinne begabt, hatte Prißnitz frühzeitig Gelegenheit, zuerst die wundenheilende Kraft des frischen Wassers an sich selbst kennen zu lernen; denn, als er kaum noch 15 Jahre alt, sich einst bei einer Arbeit den Finger zerschmetterte, fiel ihm gleichsam instinktmäßig ein, ihn dem Strahle eines nahen Röhrbrun-

*) Prof. Oertel rügt mit Recht die übliche falsche Schreibung dieses Namens Prießnitz, da der berühmte Mann von Gräfenberg sich jedesmal selbst nur V. Prißnitz (ohne e) unterschreibt. Seinen Geburtstag erhob Hr. Munde selbst durch Einsicht in die Pfarrmatrikel, worin er den 5. Oktober 1799 angegeben fand.

nens auszusetzen, und er sah zu seiner Verwunderung, daß Blutfluß und Schmerz sich bald stillten. Er wiederholte dieß öfter und hüllte in der Zwischenzeit den wunden Finger in naßkalte Leinwandlappen und bewirkte so in wenig Tagen die vollständige Heilung desselben ohne hinzugetretene Entzündung und Eiterung. Drei Jahre später wurde er von einem feurigen Pferde abgeworfen, zerbrach sich im Falle zwei Rippen, zerriß sich das Gesicht und erlitt bedeutende Quetschungen am Arme. Der herbeigerufene Wundarzt bemühte sich umsonst, den Bruch einzurichten und erklärte den Fall für lebensgefährlich; wenigstens, meinte er, würde der junge Mensch sehr lange zu leiden haben, und ein Krüppel bleiben. Je weniger Prißnitz aber von Seite der übel berathenen Kunst Hülfe und Rettung fand, desto mehr sann er auf Mittel, sich selber zu helfen, vorzüglich aber die Bruchtheile der Rippen zu vereinen, denn um die Heilung der Wunden war ihm viel weniger bange, seitdem er die Heilkraft des kalten Wassers kennen gelernt hatte. Endlich gelang ihm die Einrichtung des Rippenbruches dadurch, daß er die Brust an die Lehne eines Stuhles andrückte und den Athem zurückhielt. Nun verband er seine Wunden mit naßkalten Umschlägen, die er sehr oft wechselte, trank dabei viel kaltes Wasser, und hatte die Freude, in kurzer Zeit sich so vollkommen herzustellen und zu heilen, daß auch nicht Eine Narbe übrig blieb. Solche glänzende Erfolge waren ganz geeignet, nicht nur ihn in seinem Vertrauen auf die Wirksamkeit des kalten Wassers zu bestärken, sondern ihn auch aufmerksam zu machen und zu ermuthigen,

seine Heilkraft auch bei innerlichen Störungen und Krankheiten zu erproben. Alle Versuche, die er dießfalls, zuerst an seinen kranken Hausthieren (Prißnitz verlor frühzeitig seine Eltern und erbte ihre nicht unbedeutende Rustikal-Besitzung auf dem Gräfenberge), dann an sich selbst und an seinem Hausgesinde anstellte, wurden mit dem glücklichsten Erfolge gekrönt. Sein anfängliches Verfahren muß ein sehr Einfaches gewesen seyn, da erst die gehäuften Erfahrungen seinem Beobachtungsgeiste und seiner regen Thätigkeit die Geheimnisse der Wasserkur und deren manigfaltige Bestandtheile Schritt vor Schritt enthüllten. So führte der Zufall ihn bei Behandlung einer kranken Kuh zur Methode der Schweißerregung vor dem Gebrauche des kalten Bades: nachdem er sich nämlich ziemlich lange vergeblich mit dem Thiere geplagt hatte, fand er sie eines Morgens ganz von Schweiß triefend unter der Decke, in die er sie gehüllt hatte. Er nahm alsogleich eine kalte Begießung und Abwaschung vor, und von dem Augenblicke an trat Besserung und bald gänzliche Heilung ein. So kam Prißnitz nach und nach von den bloßen Begießungen, Waschungen und Umschlägen zu ganzen und theilweisen Bädern, zu Douchen, zum Schwitzen und reichlich Trinken, endlich zu noch so manchen anderen Anwendungsweisen des frischen Wassers, welche aus dem tiefen Schacht seines Genies, oder wenn man lieber will, seines unbewußten Instinkts ans Tagslicht zu fördern er noch immer fortfährt, sie stets dem Zustande der Krankheit und der Individualität des Kranken anzupassen verstehend.

Bald erwarb sich der junge Naturarzt durch

seine glücklichen Wassercuren einen Ruf in der Umgegend, der sich in immer weiteren Kreisen verbreitete und Leidende aller Art seinem ländlichen Wohnsitze zuführte. Endlich ward der Zulauf, besonders aus dem nachbarlichen Preußen bei ihm so bedeutend, daß er sich im Jahre 1826 entschließen mußte, zur Unterbringung und Verpflegung der hülfesuchenden Kranken eigene Vorsorge zu treffen, so daß mit diesem Jahre, wo er ein geräumigeres Wohnhaus und darin ein Vollbad errichtete, eigentlich die Gründung und Geschichte seiner Kaltwasser-Heilanstalt beginnt.

Je mehr aber sein wohlthätiges und uneigennütziges Unternehmen die öffentliche Aufmerksamkeit in Anspruch nahm, desto mehr zog er sich auch Feinde und Widersacher zu, besonders unter den Wundärzten der Umgegend, die dem Gedeihen einer neuen Heilmethode, von der sie in der Ausübung ihrer Kunst eine so große Beeinträchtigung erfuhren, mit eifersüchtigen und neidischen Augen entgegensahen, und nichts unversucht ließen, um sie im Keime zu ersticken, ja selbst öffentlich und vor Gericht gegen ihn auftraten. Im Jahre 1829, von welcher Zeit an Prißnitz regelmäßige Listen seiner Kurgäste anfertigte, ward er der Verletzung der bestehenden Gesetze angeklagt, welche die förmlichen Versuche zu heilen durch Personen, die von der Facultät nicht eigens dazu berechtigt wurden, für Curpfuscherei und somit strafwürdig erklären. Die Ortsbehörde verurtheilte ihn gemäß der Gesetzbuchstaben zu viertägigem Arrest mit Faste. Ein Recurs beseitigte diesen Spruch und es erfolgte 1831 die Bewilligung einer Bade-

anstalt, die jedoch sich auf den bloßen Zweck der Reinigung und auf die Annahme blos einheimischer Gäste der Umgegend beschränken, und durch die dortigen Wundärzte überwacht werden sollte. Indeß waren diese dem Gesetz vollkommen gemäßen Vorkehrungen wenig geeignet, den mit jedem Jahre steigenden Andrang derer abzuhalten, welche in Gräfenberg die von andern Aerzten oft schon aufgegebene Lebensrettung zu finden hofften; die wie Blitze unter das gesammte deutsche Volk fahrenden derben Schriften Prof. Oertel's, und das mit Mäßigung verfaßte Büchlein über Gräfenberg von Dr. Kröber in Breslau trugen Prißnitz's Namen in stets größere Fernen und die wachsende Anzahl der Curgäste nöthigte zu neuen Bauten an dem nur wenige Häuser enthaltenden Oertchen. Die Wundärzte von Freiwaldau und der Umgegend, welche von dem solchen Umfang gewinnenden Treiben am Gräfenberge die empfindlichste Beeinträchtigung befürchteten, erhoben neuerdings Klage wider dieses gesetzwidrige Wesen, mußten aber zu ihrer größten Beschämung erfahren, daß nun in Freiwaldau selbst in der Person des Thierarztes J. Weiß sich ein neuer Wasserdoctor erhob, welcher für neue Heilmethoden empfänglicher, nicht nur unter des Meisters Augen sich selbst an die Wassercur wagte, sondern auch bald von Gräfenberg her den zahlreichsten Zuspruch erhielt. Zum Glück für die Mutter- und die Tochteranstalt befanden sich im Rathe der Mährisch-schlesischen Regierung mehrere Personen, welche selbst an sich Gräfenbergs wohlthätige Curart erfahren hatten; befanden sich im Troppauer Kreisamte mehrere Be-

amte, die Prißnitz's Unternehmung mit günstigern Augen betrachteten. Die gerichtliche Untersuchung, in welcher das Gräfenberger Quellwasser, ob es nicht etwa mineralische Bestandtheile enthalte, und Prißnitz's Badeschwamm, ob er nicht arzneiliche Geheimnisse verberge, der sorgfältigsten Sichtung unterzogen wurde, zog sich in die Jahre und kam zu keinem befriedigenden Abschluß.

Das Jahr 1835 führte endlich zum entscheidenden Wendepunct. Die Anfrage einer auswärtigen Regierung (wenn wir gut berichtet sind, der Würtembergischen) veranlaßte die höchsten Behörden der Residenzstadt, eine vollständige Berichterstattung über die in Gräfenberg „bestehende Wasserheilanstalt" von den Landesbehörden abzuverlangen; ja im Sommer 1836 einen eigenen Hofcommissär in der Person des Hofcanzlei-Sanitätsreferenten Baron von Türkheim abzusenden, um die seinem Befund entsprechenden Maßregeln einzuleiten. Dieser Hofrath betrat mit Unbefangenheit den von mehr als 600 Fremdlingen bevölkerten Schauplatz und überzeugte sich mit anstrengendem Eifer allenthalben durch den Augenschein von den äußern und innern Verhältnissen der Anstalt, von Prißnitz's Charakter und Verfahren, von dem Zustand der Curgäste und den bewirkten Heilungen, von den angewendeten Mitteln, aber auch von den Mängeln, die eine so improvisirte Anstalt nicht von sich zu thun vermochte. Seine Gegenwart, sein würdiges Benehmen beruhigte alle Gemüther, und ließ nur einen Bericht erwarten, welcher zur Folge haben mußte, daß alle Versuche der Gegner niedergeschlagen wurden, und

die bisher als Eindringling angefochtene Anstalt in Bezug auf die Sanitäts-Behörden in die rechte Stellung gelangte. Es wurde hohen Orts verfügt, daß Prißnitz's Wasserheilanstalt ferner zu bestehen habe; daß die für solche Anstalten gegebenen Polizeivorschriften, betreffend die Feuersicherheit, Straßenbeleuchtung, den Anstand und die Sittlichkeit, das Gewerbswesen, die Bequemlichkeit der Gäste u. s. w. gehandhabt werden; daß das übliche Heilverfahren der Aufsicht des Kreisbeamten unterstehe und über den Zustand der Anstalt regelmäßige Berichte erstattet werden; daß endlich ein eigener Beamte an Ort und Stelle wohnend als Badcommissär über das Ganze die Aufsicht führe und Beschwerden jeder Art schnelle Abhülfe leiste. Diese Aufsicht erstrecket sich, wie von selbst einleuchtet, auch auf die Anstalt von Freiwaldau. Seit der Badezeit 1838 befindet sich auch wirklich schon, aber nicht blos ein polizeilicher, sondern auch ein militärischer Inspectionsbeamte in Gräfenberg, von dem Prißnitz's Wirkungskreis in keiner Hinsicht beirrt wird, und wovon zu erwarten steht, daß die ganze, bisher nur durch innern Gehalt sich auszeichnende Naturanstalt allmählig auch von außen ein den Forderungen der Civilisation entsprechenderes Ansehen gewinne und der gegründeten Beschwerden über Fahrlässigkeit und Mißachtung der aus allen Ständen gemischten Curgäste immer weniger werden.

Häufig hörte und las man die Aeußerung, daß die Wassercur als eine Erscheinung der bloßen Mode bereits ihren Höhepunct überschritten habe und ehestens der alten hippokratischen Wissenschaft und Kunst

den Platz völlig räumen werde; allein die jährlich wachsende Anzahl der Gräfenberger Gäste, unter welchen sich hunderte lernbegieriger Aerzte befinden, die allmählich lauter werdenden Zugeständnisse der schreibenden und ausübenden Aerzte, die bald in allen deutschen Ländern sich erhebenden Wasseranstalten, welchen wirkliche Aerzte vorstehen, und nun vollends der Schutz, welchen sie alle von den öffentlichen Behörden selbst erfahren, endlich der Platz, welchen diese Heilart auch in den Lehrsälen der Facultät einzunehmen im Begriff ist, alle diese Umstände stellen eine noch viel glänzendere Zukunft in Aussicht. Prißnitz's Badelisten geben folgende Zunahme seiner Curgäste:

Im Jahre	1829	etwa 45	Personen,
	1830	„ 54	„
	1831	„ 62	„
	1832	„ 118	„
	1833	„ 206	„
	1834	„ 256	„
	1835	„ 342	„
	1836	„ 469	„
	1837	„ 570	„
	1838	„ 800	„
	1839	„ 1400	„
	1840	„ 1500	„

Im folgenden Winter blieben ihrer so viel zurück, daß selbst in dem Städtchen Freiwaldau*) die Möglichkeit ihrer Unterbringung zweifelhaft wurde. Diesen staunenswerthen Erfolg verdanket die Wässer-

*) In Folge einer jüngst in Freiwaldau ausgebrochenen Feuersbrunst ist ein großer Theil des Städtchens ein Raub der Flammen geworden.

cur hauptsächlich der in jeder Hinsicht eigenthümlichen Gesinnungs- und Gemüthsart des wackeren Prißnitz, der in stiller Begeisterung für seinen menschenfreundlichen Beruf eben so tapfern Widerstand jedem auch noch so kecken oder listigen Angriff der Verläumdung und Eifersucht leistet, als er selbst der Ränke, Umtriebe unfähig, oder auch nur dem erlaubten Einfluße persönlicher Rücksichten unzugänglich ist. Diese das rechte Genie beurkundende Persönlichkeit ist es, welche ihn von Entdeckung zu Entdeckung bis zur Meisterschaft gelangen ließ; sie ist es aber auch, welche die Gunst, ja das Vertrauen der Behörden ihm erwarb und den gesetzmäßigen Zustand herbeiführte, dessen seine Schöpfung sich jetzt erfreut.

Prißnitz's Anstalt ist ganz eigentlich für Kranke — meist von der Gattung der Gichtischen, Gelähmten, Verwundeten, Hektischen, Hypochondrischen und Angesteckten. Entfernung aller Arznei, aller hitzigen Nahrung und verweichlichenden Kleidung ist die erste Regel, welcher sich der Leidende zu unterziehen hat. Reichliche Speisen von der derben Art der Landleute sind darum nicht ausgeschlossen. Nur in den schlimmsten Fällen ist der Kranke längere Zeit an sein Schmerzenlager gebunden; in der Regel sieht man die Curgäste bunt durch einander auf Spaziergängen, an der zahlreich besetzten Tafel beschäftigt, sich durch Bewegung in freier Luft, und durch den theilnehmenden, scherzhaften Verkehr ungezwängter Geselligkeit zu vergnügen. Das Wasser der überall zugänglichen Quellen ist der wahre Hausgott, von dem alle Anwesenden ihr Heil erwarten; Trinken und Baden ist ihre Hauptbeschäftigung. Weder ist

es ein Uebermaß deſſen, was man in ſich gießt, noch die eiſige Kälte der Wanne, in die man ſteigt, worauf es hier weſentlich ankommt; ſondern nach Verſchiedenheit der körperlichen Individualität und des von dem Krankheitszuſtande bedingten perſönlichen Bedürfniſſes, richtet ſich Maß und Kältegrad des Genußes, und wo bei Jemand eine gewiſſe Neigung fehlt, das Erforderliche zu thun, wird dieſe ſelbſt auf künſtliche Weiſe, das Trinken z. B. durch Lebkuchen, das Baden durch Schweißerregung herbeigelockt und befördert. Was dem Kranken angenehm iſt, ohne ſonſtigen Schaden zu ſtiften, was ihm wohlthut und dadurch ſeine Heilung begünſtiget — das iſt Hauptaugenmerk dieſer Behandlung, natürlich mit Ausſchluß der Scheu, die nur von Weichlichkeit und kindiſcher Einbildung kommt. Es gibt dort kein zwingendes Maß des Trinkens, es wird den ganzen Tag über getrunken, nach Luſt, nach Gelegenheit, nach Erforderniß. Die meiſte Beſchäftigung und Sorge nimmt das Baden in Anſpruch, in den manigfaltigſten Formen, als Wannebad, als Sitz- und Flußbad, als Sturzbad, und als Bähung durch genäßte Umſchläge auf den ganzen Körper, oder auf einzelne Glieder deſſelben. Mit allen dieſen Formen, zuweilen gleichzeitig, oft nur abwechſelnd hat es ein und derſelbe Kranke zu thun, nach Umſtänden in verſchiedener Dauer, verſchiedenem Grade der Durchnäſſung und der Kälte. Als nöthige Vorbereitung zur erwünſchten Wirkſamkeit des Bades, aber auch als heilſame Förderung des Geneſungsproceſſes, welchem die heilende Naturkraft den körperlichen Organismus unterziehen muß, wird die Erregung ei-

nes fließenden Schweißes betrachtet, der schädliche Stoffe aus dem Innern der Maschine an die Oberfläche zur Ausscheidung treibt, und nach welchem das kälteste Bad, von dessen Anblick oder Vorstellung schon der gewöhnliche Mensch zurückschaudert, eine wirkliche Labung und Lustempfindung wird, nach deren Wiederkehr man sich sehnt, und die zuweilen selbst zum schädlichen Uebermaß verleitet*). Da oft die Krankheit an den zartesten Organen haftet, oft daselbst durch jahrelang behaupteten Spielraum veraltet und tief gewurzelt ist, ja nicht selten durch verkehrte Heilungsversuche einen beträchtlichen Zuwachs erhielt, so bedarf es häufig der dauerndsten Anstrengung und Geduld, um das Uebel von seiner Stelle zu rühren, es zu zersetzen, und endlich ganz zu entfernen. Anfangs ist dieses sogar mit bedeutenden Schmerzen verbunden, bis die freigewordene erstarkende Naturkraft die Oberhand gewinnt —

*) Diese Heilart, durch den plötzlichen Uebergang vom triefenden Schweiße zum kältesten Bade ist zwar erst von Prißnitz wieder unter uns in Gang gekommen, doch neu ist sie indeß nicht. Schon die alten Römer brauchten nach ihren Warmbädern kalte Begießungen, und zwar wegen des damit verbundenen Lustgefühls; die Russen kühlen sich noch heut zu Tage, sobald sie ihre Schwitzkammer verlassen, im Schnee oder im Fluße ab. Auch die Aerzte empfehlen dieses Verfahren, wie Ferro in dem schon genannten Buche über die Donaubäder; und der meklenburgische Leibarzt Vogel bemerkt in seinem „Beweis der unschädlichen und heilsamen Wirkungen des Badens im Winter" (Berlin, Enslin 1828 S. 16) den wichtigen Unterschied, ob man vor dem Kaltbade durch irgend eine Bewegung erhitzt worden sey oder nicht.

dieser Moment des Kampfes heißt die Krisis, der Wendepunct — und die Organe des Körpers in immer wachsender Zahl für ihren eigenen Dienst gewinnt, und der Zustand voller Gesundheit eintritt. Auf die zweckmäßige Leistung dieser Naturkraft kommt hier alles an, um weder ihr wohlthätiges Streben zu vernichten, noch dasselbe über das rechte Maß hinaus zu steigern. Prißnitz hat hierin seine Meisterschaft, in Beurtheilung der körperlichen Zustände, so wie in Anwendung der manigfaltigsten Formen des Kaltwassergebrauches zum Zwecke der Heilung mehr als einmal zum Erstaunen, auch der Kunstverständigen bewährt. Es versteht sich von selbst, daß auch er nicht im Stande ist, schon zerstörte Organe wiederherzustellen, noch die Naturkraft eines Körpers, dessen wesentliche Theile schon in der Auflösung begriffen waren, neu zu beleben, noch endlich den abermaligen Eintritt übler Folgen zu verhindern, wenn der Genesene zu den alten Mißbräuchen und Gesundheitssünden rückkehrte und die noch nicht befestigte Ordnung seines Körperstaates neuen Störungen preisgab. Der Hauptvortheil der Wassercur besteht darin, daß sie den ganzen Körper von innen und aussen zugleich ergreift, damit die Fehler einzelner Theile durch die Gesammtmitwirkung aller übrigen gehoben werden, was um so naturgemäßer ist, je weniger arzneiliche Stoffe hinzutreten, die nicht gleichartig mit den Flüssigkeiten des Körpers, denselben einseitig aufreizen oder theilweise schwächen und oft ein sogenanntes Arzneisiechthum zurücklassen. Uebrigens läßt sich die Dauer einer erfolgreichen Wassercur mit Bestimmtheit nicht angeben.

Viele der bedenklichsten Kranken wurden in wenigen Tagen oder Wochen geheilt; andere bedürfen Monate und Jahre zur gänzlichen Herstellung. Häufig tragen die Kranken selbst die meiste Schuld, wenn sie ihr Gesundheitsziel nicht bald erreichen, so wie auch nicht ein Mangel der Heilart, sondern das nachfolgende verkehrte Benehmen oft die Ursache ist, wenn Personen, die Gräfenberg geheilt verließen, in die schon verscheuchten Uebel zurückfallen. Ein zu Hause zweckmäßig fortgesetzter Gebrauch des Kaltwassers würde vielen die undankbare Klage, daß das Wasser doch nicht vollkommen helfe, ersparen.

Von dieser Heilart, deren Erfinder nicht nur Prißnitz, wenn auch vielleicht nur in dem Sinne, wie etwa Columbus der Entdecker von Amerika ist, genannt werden muß, sondern die er auch mit Gewandtheit und Erfolg handhabt, ist jedoch wohl zu unterscheiden die Anstalt selbst, in welcher er sie übt. Die Gegend, in welcher Gräfenberg liegt, ihre einsame entfernte Lage, ihre Naturschönheiten, ihr Wald- und Wiesenreichthum, ihre Berge und Thäler, die gesunde Luft, das unerschöpfliche Frischwasser, ja selbst die rauhe wechselnde Witterung, die ihr eigen, dürften für Menschen, deren Uebel meistens von Verweichlichung und den Eigenheiten des Städtelebens stammen, und für die Behandlung, die es auf eine Art Abhärtung absieht, ganz und gar nicht unpassend sein; so manchen Abschnitt des Lebens in solch einem lustigen Naturtempel mit der dortigen einfachen Lebensweise zugebracht zu haben, muß zu einer wahren Correction des verkünstelten Zustandes unserer verbildeten Gesellschaft dienen: allein für

Kranke, die solchen Anstrengungen nicht gewachsen sind, und die einer längeren Dauer milder gleichmässiger Jahreszeiten bedürfen, um eine ununterbrochene Genesung zu erzielen, würde ein gemäßigteres Klima allerdings vortheilhafter sein. Prißnitz selbst besitzet zwar eine bewundernswerthe Kenntniß des menschlichen Körpers, und er weiß Hilfe zu schaffen auch in den schwierigsten Fällen, so daß, wer ihm vertrauet und dauernd ihm gehorchet, gewiß seinen Retter an ihm findet; allein da er kein Arzt ist, weder die Natur aller Krankheiten, noch alle Eigenthümlichkeiten der physischen Maschine erkennt, noch sich um die Mittel bekümmert, welche die Arzneikunde für einen schnellen und leichten Erfolg in bedeutender Anzahl bietet: so ist nicht zu zweifeln, er selbst würde, ausgerüstet mit einigen wissenschaftlichen Kenntnissen, nicht nur mehrere Krankheitsarten, als er gegenwärtig sich erlaubt, sondern auch die von ihm angenommenen Kranken selbst angemessener und verlässiger zu behandeln im Stande sein. Alles was zur Krankenpflege gehört, die Wohnung und deren Meubel, die Kost und Bedienung, die Spaziergänge, Bequemlichkeiten und Vergnügungen, ja der Beistand des Arztes selbst, und andere Vorkommnisse tragen in Gräfenberg insgesammt den Charakter der unbefangensten, einfachsten Natürlichkeit; wer die angenehmen Verhältnisse der Civilisation kennt und liebt, wird dort bei jeder Bewegung seines Fußes den ungeheuern Abstand von dem allgenügsamen Bauernvolke antreffen, und sich bei diesem Wechsel kaum auf längere Zeit wohlbefinden können; und doch wer weiß nicht, wie sehr alle die klei-

nen Bequemlichkeiten des Lebens uns zur Gewohnheit geworden sind, wie sehr sie dienen, Schmerzen zu lindern, und das Gemüth froher zu stimmen, welches so selten aus der Noth eine Tugend zu machen versteht! Prißnitz hat in seiner Einfalt, man möchte sagen, keinen Sinn für das, was man die Annehmlichkeiten des Lebens nennt. Er hat vor Allem keine Gehilfen seiner Kunst, und die Hunderte von Gästen sind ausschließlich an seine einzige Person gewiesen. Er ist der einzige Hauswirth seines Ortes, und kann für denselben nur thun, was das äusserste Bedürfniß fordert. Er ist kein Bauluſtiger; seine wenigen Bretterhäuser hat die liebe Noth gezimmert, und kein polizeilicher Genius sorgte früher für Straßen, Beleuchtung und Reinlichkeit. Seine häusliche Frau ist es allein, auf welcher oft die schwierige Herbeischaffung der Lebensmittel, deren Zubereitung und Zurichtung für den Geschmack lastet; wie vermöchte sie den verschiedenen Anforderungen auf eine gedeihliche Hausmannskost mit ihren wenigen Mägden zu genügen? Daß auch die dienenden Personen nicht allen billigen Anforderungen entsprechen, ist lange geklagt worden*).

*) In allen diesen erwähnten Hinsichten ist zwar durch das Einschreiten der Behörden in neuester Zeit wesentliche Besserung eingetreten, und Prißnitz selbst hat erst im letzten Sommer ein stattliches Gebäude, dessen Speisesaal 600 Personen faßt, ein Gebäude, dessen unvermutheter Einsturz ihm selbst, der wenige Minuten zuvor noch darin verweilte, beinahe das Leben gekostet hätte, aufgerichtet: nichts desto weniger ziehen die Vermöglichern, welche die Cur im Winter fortsetzen, es vor, sich lieber in Freiwaldau einzumiethen, um bequemlicher zu leben.

Wen kann es da Wunder nehmen, daß die Urtheile der Menschen über diese Anstalt so abweichend ausfallen? Nicht alle lassen ihrem Eigenthümer Gerechtigkeit widerfahren, viele verdächtigen den guten Willen desselben, indem sie mehr verlangen, als er zu leisten vermag. Andere beschuldigen ihn des Eigennutzes, ihn, der nie Belohnung verlangt, der seine ganze Landwirthschaft, seiner Kinder eigentliches Erbe, aufgegeben, um die Heilung so vieler Ankömmlinge zu besorgen, ihn, der, wenn Gewerbssinn ihm beiwohnte, bald weit und breit der reichste Mann des Landes sein könnte. Noch andere halten ihn des Brodneides fähig, weil er die Zweige der Hausverwaltung mit keinem Fremden theilen will, weil er die ihn besuchenden Aerzte von sich stößt und keinen Eifer beweist, die Entstehung ähnlicher Anstalten auch anderwärts zu befördern. Es versteht sich, daß Personen, welche des Mannes Persönlichkeit näher kennen gelernt und sonst billig genug sind, um in so schwierigen Verhältnissen das Mögliche beurtheilen zu können, weit günstigere Urtheile fällen, wie denn überhaupt die Mehrzahl der Gäste, nur ihren Heilungszweck im Auge haltend, und aus Erfahrung die Tüchtigkeit ihres Wohlthäters kennend, mit einer Art Begeisterung an Prißnitz hangen, und jeden Gegner desselben als ihren eigenen bekämpfen. Zur bessern Einsicht in die Beschaffenheit und Leistung dieses ausserordentlichen Mannes dürfte nichts förderlicher sein, als die Mittheilung des folgenden Briefes, welchen der in der katholischen Literatur rühmlichst bekannte Herr Diepenbrock, Domdechant in Regensburg, als Antwort

auf die von Dr. Horner in München geflossenen Verunglimpfungen „Ueber Gräfenberg und die dortigen Curen mit kaltem Wasser" in die Münchener Politische Zeitung 1838, 8. Mai. Nr. 109 einrücken ließ:

„Lieber Freund! Sie haben mich, als einen, der selbst in Gräfenberg war, auf den Aufsatz in der Münchener Politischen Zeitung Nr. 101. vom 28. April aufmerksam gemacht, und mich um mein Urtheil ersucht. Auf eine solche Aufforderung darf ich nicht schweigen. Also: Ja ich war bei Hrn. Prißnitz, in seiner Cur, sechs Monate lang! Ich kam elend dahin; Sie selbst haben ja seit lange meinen Krankheitszustand gekannt, gegen den ich fünfzehn Jahre lang, die Hilfe der geschicktesten Aerzte, die Heilkräfte der berühmtesten deutschen Mineralquellen vergeblich angewendet. So kam ich elend zu Hrn. Prißnitz, und noch dazu ohne alles Vertrauen auf seine Cur; nur das Bedürfniß einer Erholungsreise überhaupt und dann Ueberredung und Neugierde hatten mich dahin geführt. Ich dachte mir P. als einen wortreichen, ruhmredigen Charlatan; ich fand den einfachsten Mann, dessen kurzsylbiges, bestimmtes, bescheidenes Wesen zwar kein Mißtrauen, aber in meiner krankhaften Verstimmung, auch noch kein Vertrauen erweckte. Die Bekanntschaft mit einem dort verweilenden Arzte (es war Dr. Horner selbst), der mir fast wörtlich dasselbe, was jener Aufsatz besagt, gegen Hrn. P. und dessen Cur vorbrachte, zerstörte vollends allen Glauben. Ich gebrauchte zwar die Cur, aber mit Widerwillen und Selbstüberwindung, und ich spottete bei mir selbst über mich und

die Gesellschaft, die von einem ungelehrten Manne wie Prißnitz und von seinem in allen Formen wiederkehrenden Wasser Genesung erwartete. Herr P. mußte bei seinen Besuchen viele Geduld mit mir haben, und er hatte sie; noch sah ich überhaupt wenige Menschen von so ruhiger Fassung, von solchem moralischen Gleichmuth, wie Hrn. Prißnitz. Allmählich aber besiegte der Erfolg meine Widerspänstigkeit; meine Leiden verminderten sich, der Appetit, ein mir seit vielen Jahren unbekannter Gast, kehrte wieder ein, ich fühlte mich körperlich und geistig wohler. Kritische Erscheinungen und Ausscheidungen, die Hr. P. mir vorausgesagt, traten genau so ein, und mein daran erwachendes Vertrauen ward durch die gleiche Wahrnehmung an vielen Andern bestärkt. So habe ich die Cur den strengen Winter hindurch ein halbes Jahr fortgesetzt, und bin nun, Gottlob! so gesund, wie ich es seit fünfzehn Jahren nicht einen Tag mehr war. Alle meine tiefgewurzelten Leiden sind verschwunden. Sonach habe ich denn nicht blos einiges Recht, ich habe die heilige Pflicht der Dankbarkeit, dieser schönen, das Wohl der Menschheit so nahe berührenden Sache, Zeugniß zu geben, und selbst öffentlich Zeugniß, wo es Noth thut. Ich rede also einfach und wahr.

„Der Verfasser des Aufsatzes, Hr. Dr. H., beginnt mit einer beredten Schilderung der merkwürdigen Umgestaltung, welche seit einigen Jahren in dem abgelegenen Gebirgsdörfchen Gräfenberg vor sich gegangen. Diese Schilderung ist ganz wahr, und gewiß war die Bergstadt Freiwaldau und die ganze Umgegend damals, als ihr noch aus den Goldadern

der nahen Goldkoppe reiche Ausbeute floß, nicht so belebt und wohlhabend, wie sie es jetzt durch die Wasseradern des Gräfenberges oder Hirschbadkammes geworden ist. Herr Dr. H. findet bei seinem „ruhigen vorurtheilsfreien Blick" diese merkwürdige Umgestaltung durchaus nicht räthselhaft. Mir aber wird sie erst räthselhaft durch seine Erklärung; daß in der isolirten und hülflosen Lage eines Gebirgsvolkes ein medicinischer Autodidakt oder Pfuscher zu einigem Ansehen bei dem einfältigen Volke gelangen kann, das begreift man; wenn gleich zu Gräfenberg diese Hülflosigkeit nicht in der Oertlichkeit liegt, da ja in dem eine Viertelstunde entfernten Freiwaldau seit lange zwei approbirte Aerzte und eine Apotheke vorhanden sind. Daß aber ein solcher Pfuscher, dessen Heilart „an dem Maßstabe der Wissenschaft gemessen, nichts anders als ein perturbatorischer Act, als eine die Lebenskräfte verzehrende und aufreibende gewaltsame Erschütterung des Organismus ist, wodurch von 100 kaum 5 geheilt werden," daß ein solcher Quacksalber und Idiot, sage ich, zu einem in ganz Europa und darüber hinaus verbreiteten Ruhme gelangt, daß er von berühmten Aerzten Monate, ja halbe Jahre lang besucht und beobachtet, und von den vorurtheilsfreien unter ihnen als ein wahrer Naturarzt anerkannt, und von unzähligen Genesenen aber als ihr Retter laut und öffentlich gepriesen wird; daß ferner alljährlich in steigender Progression Hunderte von Menschen aus allen Ländern und aus allen Ständen zu ihm hinströmen, Fürsten und Handwerker, Greise und Kinder, daß die verzärteltsten Damen, Fürstinnen, an den höchsten Luxus

der großen Weltstädte gewöhnt, sich dieser „Löwen- und Bärenmäßigen" Cur und allen ihren Anstrengungen und Entbehrungen viele Monate hindurch unterwerfen, und dabei heiter und wohlgemuth sind, wie nirgend wo: — das begreife ich wahrlich nicht. Entweder bewirkt Herr Prißnitz zahlreiche und wirkliche Heilungen, oder alle diese immer zahlreicher zu ihm sich hindrängenden Kranken sind mehr als Thoren. Denn auf dem hohlen schwankenden Boden von Täuschung und Lüge kann denn doch eine so merkwürdige Erscheinung in der Länge nicht beruhen. — In diesem Jahre werden gegen Tausend Fremde nach Gräfenberg kommen, nemlich so viele ihrer nur irgend Unterkommen finden können. Was zieht denn diese Leute aus Rußland, Polen, Preußen, ganz Deutschland, Italien, Frankreich u. s. w. dahin? Was hält sie dort? Gewiß nicht wie anderwärts, die Annehmlichkeiten des Badelebens, das ja mit der „vollständigen Entbehrung aller Bequemlichkeit des bürgerlichen Lebens" verknüpft ist. Was anders also, als der Anblick, das Zeugniß dort Genesener. Denn sollte ein solcher Zudrang sich Jahre lang hindurch erhalten, sich jährlich fast verdoppeln können, wenn nicht viele Geheilte von dort zurückkämen? — Hr. P. sagt: „Mögen die Aerzte wider mich sagen und schreiben, was sie wollen, so lange Kranke und als unheilbar erklärte Kranke gesund von hier weggehen, hat die Wassercur nichts zu befürchten"; und er hat Recht.

„Herr Dr. H. hat an die Sache den Maßstab seiner Wissenschaft gelegt, und hat gefunden: Herr P. sei ein unwissender Mensch und ein Quacksalber,

und die Cur ein aufreibendes, verzehrendes Losstürmen auf den Organismus. Wir Bayern legen einen andern Maßstab an, den des Erfolges, und wenn dieser die Probe gibt, so macht uns jene Wissenschaft nicht irre; sie ist dann vielmehr selbst, in ihrem Widerspruch, gemessen und gerichtet. Der Erfolg bewährt aber die Cur; und dieß ist der einfache Schlüssel zu dem Räthsel des Fremden-Zudrangs und der Umgestaltung in Gräfenberg. Ich selbst bin Einer von Hunderten, die dort Heilung fanden; und von allen Kranken, die ich dort kennen lernte, war nicht Einer, der — bei treuem Gebrauch nicht Besserung spürte. Geheilte verweilen natürlich dort nicht, sondern kehren heim; aber Hunderte von dankbaren Zeugnissen derselben liegen in des still-bescheidenen Prißnitz Händen, und lebendige Zeugen sind die Kranken, die aus eben den Orten herbeieilen, wohin Genesene zurückkehrten.

„Hr. Dr. H. wirft dem Herrn P. „gänzlichen Mangel eines auf richtiger Naturanschauung (gleichviel ob nur einer instinctiven oder zum Bewußtsein gekommenen) basirten heilkünstlerischen Verfahrens" vor. Aber gerade diese richtige, instinctive, durchdringende Naturanschauung wird von Allen, die ihn vorurtheilsfrei in seinem Wirken beobachtet haben, dem Herrn P. zuerkannt und zwar in einem höchst seltenen, an die Aerzte des Alterthums erinnernden Grade. Hierüber ist unter den Curgästen nur Eine Stimme, und wohl jeder hat aus seiner Erfahrung merkwürdige Beweise dafür anzuführen; ich selbst aus der meinigen. Herr P. hat mir nicht blos über mein bisheriges Leiden, ohne meine Beschreibung,

tiefe, mit meiner eigenen Wahrnehmung übereinstimmende Aufschlüsse gegeben, sondern mir auch den Verlauf und die wechselnden Erscheinungen der Cur ganz bestimmt vorausgesagt, und die Erfahrung hat es buchstäblich bewährt. Viele, und darunter solche, die ihn seit acht Jahren genau kennen und vielfältig beobachten, halten ihn sogar für unbewußt hellsehend in seinem Heilverfahren, und ich selbst neige mich aus Gründen zu diesem Glauben an eine Erscheinung, die ja als Amme an der Wiege der medicinischen Kunst steht. Schon die unendlichen Modificationen, die er in der Anwendung des Wassers, je nach den verschiedenen Krankheiten und Individualitäten zu treffen weiß, zeugen eben so sehr für seinen tiefen Blick, als gegen das ihm vorgeworfene, gewaltsame, unterscheidungslose Bestürmen des Organismus. Kaum geborne Kinder, Wöchnerinnen, abgelebte, dem Erlöschen nahe Greise und Apoplektiker machen die Cur, jedes auf seine Weise, und gedeihen und erholen sich dabei, wie welke, begossene Blumen. Und was die „Verzehrung der Lebenskräfte" betrifft, so war ich selbst einer von jenen Schwitz-Matadoren, von welchen Herr Dr. H. so ironisch spricht; ich habe diesen ganzen strengen Winter hindurch täglich 3 — 4 Stunden lang maßweise transpirirt, und unmittelbar darauf in eiskaltem Wasser, bei 25° Frost gebadet, und habe dabei dennoch mehr als 30 Pfund festes Muskelfleisch gewonnen, und ein Gefühl von frischer Lebenskraft wie nie zuvor.

„Für die Sicherheit der Gräfenberger Cur spricht also die Erfahrung laut genug, wobei noch

zu bedenken, daß fast alle dahin kommende Kranke solche sind, die entweder von den Aerzten aufgegeben worden, oder die, selbst der Aerzte müde geworden, sie aufgegeben haben. Ich behaupte dem Herrn Dr. H. gegenüber und berufe mich auf das Zeugniß aller Curgäste, daß wenige Aerzte mit solcher Sicherheit handeln, wie Herr P., den nichts überrascht, nichts bestürzt, der weiß, was er sagt, und hält, was er verspricht."

„Die lange Dauer der Gräfenberger Cur ist relativ; sie beruht auf dem Naturgesetze, daß langwierige, tief eingewurzelte Uebel eine langwierige Heilung erfordern, schnell entstehende (acute) Uebel hingegen eben so schnell gehoben werden. Ich war selbst Zeuge, wie eine heftige Gedärmentzündung in wenig Tagen ganz geheilt war; von anderen hitzigen Krankheiten erzählten mir glaubwürdige Augenzeugen ganz dasselbe, und dann bleibt hier nie eine langwierige Nachkrankheit und Convalescenz zu besorgen. Allein fast alle dahin Kommende sind mit langwierigen chronischen Uebeln behaftet, und die meisten überdieß noch von Medicinen durchätzte Arzneisieche; da kann das Wasser freilich nur langsam, aber auch um so sicherer, wirken: gutta cavat lapidem non vi, sed saepe cadendo. Ich habe 15 Jahre medicinirt und ward immer kränker; ein halbes Jahr bei Herrn P. hat mich geheilt. Ist das ein so ungünstiges Zeitverhältniß? Ich sage freudig: Nein!

„Die Annehmlichkeit der Cur wird niemand preisen wollen, obwohl man sich auch bald an

das Beschwerliche gewöhnt. Auch liegt schon in der kühnen Beseitigung und Besiegung so vieler uralten und selbst von den Aerzten gehegten diätetischen Vorurtheile eine Art Vertrauen und Muth erweckender Lust, so daß, wer schweißtriefend in das eisige Wasser springt, und dem erschreckten Arzte beweist, daß ihn dabei kein Schlag trifft, dabei noch ein anderes als das natürliche Wohlbehagen des kalten Bades empfindet. Es ist aber auch allgemein anerkannt, daß in keinem Badeorte so viel heiterer, frischer Sinn und Lebensmuth herrscht, als unter den, meistens sehr leidenden Curgästen zu Gräfenberg. Und von den Annehmlichkeiten der medicinischen Curen und der Apothekerküche hat man doch auch nicht viel rühmen hören. Ich wenigstens ziehe aus Erfahrung unbedingt die Gräfenberger Cur vor.

„Sehr viel wäre noch zu sagen über die weitern Aeusserungen des Herrn Dr. H., über sein Verwerfen der in Gräfenberg aus tausendfältiger Erfahrung als Krisen geltenden Erscheinungen; über seine, auch an mir selbst als durchaus falsch erwiesene Theorie der sogenannten Blutschwären u. s. w. Doch mein Brief ist schon zu lang und ich verweise Sie deßfalls auf die bessern Schriften über Gräfenberg, worunter ich die von Herrn Professor Karl Munde, Leipzig, Hartleben, 1837 (jetzt die 4. Aufl. 1841), als eine der ausführlichsten und sachgetreuesten bezeichnen kann.

„Schließlich müßte man es von einem so entschiedenen Gegner der Sache doch wohl mit Dank hinnehmen, daß er der physischen und ethischen Heil-

kraft, womit Hr. P. durch seine Cur der alles vergiftenden Weichlichkeit und Schlemmerei entgegentritt, dennoch Gerechtigkeit widerfahren läßt. Gewiß ist Hr. P. auch in diesem Sinne ein wahrer Wohlthäter des Menschengeschlechts und hat sich schon den Dank Vieler verdient, den ihm auch Hr. Dr. H. selbst auf einen Augenblick zuerkennt, aber nur, um ihn sogleich schnöde ihm wieder zu nehmen und ihn den Aerzten zurückzustatten. Hr. Dr. H. meint, „es hätte zu allem diesen freilich dieses Mannes nicht bedurft;" ich aber bin der Meinung, daß ich und viele Hundert Andere ohne diesen Mann krank und siech geblieben wären unser Leben lang. Ueberhaupt ist es eine auffallende Bemerkung, daß wie Hr. Dr. H., so die meisten Aerzte, wenn sie der Sache auf unverwerfliches Zeugniß eine Art von Anerkennung und Geltung nicht mehr versagen können, dieselbe sogleich mit dem Einwurf bei Seite zu schieben suchen: „Das sey aber nichts Neues; von ihren ältesten Classikern herab, bis zu den neuesten würde in vielen medicinischen Werken die Heilkraft des kalten Wassers gepriesen." Um so schlimmer denn, daß es so ganz unbeachtet blieb, und daß man den armen Kranken lieber mit dürrer Zunge lechzen, oder an faden lauen Ptisanen und Decocten sich abeckeln ließ, als ihm einen erfrischenden Heiltrunk aus den Brüsten der Mutter Erde zu vergönnen, wozu freilich kein Recept und keine Apotheke vonnöthen u. s. w.

„Endlich hier mein Wahlspruch:

Ehre der wahren Wissenschaft der Aerzte,
Aber auch Ehre der bewährten Kunst des edlen Vincenz Prißnitz."

Ueber einen Nebenbuhler ganz in der Nähe von Prißnitz gibt Hr. Rausse in seinem unten zu verzeichnenden Buche folgende Nachricht und Beurtheilung: „Nur wer über den Gräfenberg schreibt, kann darauf verfallen, des Magnetiseurs in Lindewiese (des Bauers Schroot, in halbstündiger Nähe) zu erwähnen. Mich bewog dazu der in jüngster Zeit wachsende Ruf dieses Mannes, und seine Bemühungen, Curgäste von Gräfenberg in seine Behandlung zu ziehen. Schroot legt bei seiner Cur am meisten Gewicht auf seinen natürlichen Magnetismus, den er den kranken Körpertheilen seiner Patienten und ihrem Trinkwasser mitzutheilen vorgibt. Wer aber weiß, daß er seit vielen Jahren eine sehr große Zahl von Leuten, aus dem niedrigsten Stande, behandelt hat, der weiß auch, daß hier der stärkste Magnetismus sich längst entladen und getödtet haben würde. Von seinem Magnetismus kann also keine Rede seyn. Seine übrige Cur besteht im Hungern und Schwitzen, ohne alles Baden. Er läßt täglich zweimal, je drei Stunden, schwitzen; kein Wunder also, wenn seine Patienten aussehen, als wären sie dabei, den ganzen Körper auszuschwitzen. Nichts schwächt, ruinirt mehr, als Schwitzen ohne nachfolgendes kalte Bad.... Jede Hungercur ist eine Sünde gegen das Heiligste der Natur, weil kein Organismus durch etwas anderes geheilt werden kann, als durch seine eigene Kraft, aber es versiegt die Kraft ohne den täglichen Zufluß von Säften." (S. 67). Ungeachtet dessen hat auch Schroot schon auffallende Heilungen bewirkt, in deren Folge die Landesregierung seine Anstalt anerkannt hat.

II. Professor Oertel.

Außer allem Zusammenhange mit Prißnitz trat beinahe gleichzeitig ein anderer Prophet der neuen Lehre auf, dessen Ruf durch seine schriftstellerische Thätigkeit bald einen großen Umfang erhielt, und auch auf das Bekanntwerden von Prißnitz in weiteren Kreisen erfolgreichen Einfluß gewann. Dieser war der Gymnasialprofessor Oertel in Ansbach, dem im Jahre 1804 ein Zufall Dr. Hahns vergessenes Büchlein in die Hände brachte und seine frühere Vorliebe für den Wassergebrauch in eine vorherrschende Lebensbeschäftigung umstaltete. Seine Kenntniß von diesem Heilmittel beschränkte sich indeß auf das reichliche Trinken desselben „bis zum Uebermaß, je mehr, je besser" und auf das Waschen und Baden, ohne im Verlaufe von mehr als zwanzig Jahren auf irgend eine der manigfaltigen Methoden zu kommen, durch deren Erfindung Prißnitz, welcher stets mit scharfem Auge, sowohl die verschiedenen Verhältnisse der Kranken, als die Wirkungen des Heilverfahrens berücksichtigte, von Jahr zu Jahr zu größerer Ausbildung seiner Kunst gelangte. Die Erfolge der Wassercuren, welche er entweder selbst veranlaßt, oder deren Kunde ihm geworden, begann Oertel seit dem Jahre 1829 in zwanglosen Heften dem Publikum mitzutheilen, die er bis in die jüngste Zeit fortgesetzt. Er selbst wurde eine Art Mittelpunct und Sprachwerkzeug für alle Wasserfreunde, und indem er sich in dieser Angelegenheit für einen „Mann des Volkes" zu schätzen begann, verschmähte er auch nicht die Mittel, eine Art Begeisterung für seinen Gegenstand zu erwecken,

und ganz eigentlich eine Wasserpartei hervorzurufen. Dieses bezweckte er nicht nur durch den ausgebreitetsten Briefwechsel, welchen er durch ganz Deutschland unterhielt, durch Schriften mit pikantem Titel, durch Vereine und öffentliche Aufrufe, sondern insbesondere durch den lautesten Wortkrieg, welchen er dem ganzen Stande der Aerzte, die er nur: „Kunstärzte" nannte, nicht ohne persönlichen Angriff erklärte. Mit dem größten Nachdruck schärft er seinen Lesern nebst vielfältigem Gebrauche des frischen Brunnenwassers den Gebrauch der freien Luft, Beobachtung der einfachsten Diät und häufige Bewegung ein, Mittel die schon allein für sich die Menschheit vor zahllosen Krankheiten bewahren und heilen können. Indeß enthält er sich doch nicht, auch den Essig, zuweilen selbst warme Getränke, eine Rolle spielen zu lassen; und da er ein großer Liebhaber des indischen Kaffee sein mag, so verordnet er starken, reinen, schwarzen Kaffee den Kranken so oft, daß zu besorgen steht, er möge damit vielen nur Schaden bereitet haben. Er legte den Bann auf alle Arzneien, und diesen zum Trotz gab er dem Wasser die Bezeichnung eines Universalmittels, einer wahrhaften Panakee, worin er freilich, wie unsere Vorgeschichte zeigt, selbst auch berühmte Aerzte zu Vorgängern hatte. Seine Gegner, welche es nicht an heftigen und verächtlichen Erwiederungen fehlen ließen — denn mit einem so unwissenschaftlichen und tumultuarischen Kämpen hatten sie leichtes Spiel — auf dem eigenen Felde zu schlagen, begab er sich in das Gebiet der Geschichte und spürte den spärlichen Fällen nach, wo Aerzte selbst das Wasser zur

Heilung empfahlen, oder es in wirkliche Anwendung brachten. So sammelte er die betreffenden Stellen in den Schriften des classischen Celsus, und gab sie 1826 in einer eigenen Abhandlung: de aquae frigidae usu Celsiano, 4. heraus. Nicht unverdienstlich ist seine „Geschichte der Wasserheilkunde von Moses bis auf unsere Zeiten, zum Beweise, daß das frische Wasser ein Allheilmittel ist. Mit dem Bilde des Verf. Leipzig Franke 1835." Am lautesten erhob sich seine Stimme, als die furchtbare Seuche der Cholera, die Grenzen Asiens überschreitend, Europa betrat und nach Deutschland vordrang. Da erschien sein: „Die indische Cholera, einzig und allein durch kaltes Wasser vertilgbar. Allen Regierungen, Aerzten und Nichtärzten zur Beherzigung. Nürnberg, Campe. 1831. 4.; 3. Aufl." Und später: „Die Cholera oder Brechruhr in ihrer allopathischen und hydropathischen*) Behand-

*) Merkwürdig ist, wie dieser strenge Sprachreiniger sich verleiten ließ, der Wasserheilkunde das ganz widersinnige Wort der „Hydropathie" als Bezeichnung zu geben. Wenn Dr. Hahnemann seiner neuen Heilart den Namen der Homöopathie gab, um anzudeuten, daß sie ein körperliches Uebel durch Arzneigaben hebe, die, im gesunden Zustand genossen, ein ähnliches Leiden hervorzubringen pflegen, so traf er eine ganz zweckmäßige Wahl; schon minder treffend nannte er die bisher übliche Heilart — Allopathie; allein was in aller Welt kann Oertel berechtigen, der Wassercur den Namen einer Hydropathie anzuheften? Heilt sie etwa durch ein Mittel, das Wasserleiden erzeugt? Da sie hauptsächlich, mittels des Wassers ihrem Ziele zusteuert, so kann sie Hydriatrik (Wasserheilkunde), oder Psy-

lung;" ebenda 1836; dann „Oeffentliche Beschwerde über die unglückliche Behandlung der Cholera in München, November 1836" ebendas. und: „Medicinische Böcke von Aerzten, welche sich für infallible Herren über Leben und Tod halten, in der Cholera geschossen;" XXXX, weniger I. 4. ebend.; früher aber verfaßte er: „Kritik der bisherigen Choleracuren." Sulzbach, Seidel 1832.

Eifrige Theilnehmer seines Werkes fand Oertel an v. Kolb (in dem hohen Alter von 84 Jahren am 6 Jän. 1836 gestorben) in Würzburg, und Professor Kirchmayr in München, mit welchem er im Jahre 1832 einen „hydropathischen Verein" stiftete und mittels „Vereinsdiploms" Glieder dazu aufnahm, auch das folgende Buch herausgab: „Anweisung zum heilsamen Wassergebrauch für Menschen und Vieh in den gangbarsten Krankheiten und Leibesgebrechen von A—Z. Ein Hilfsbuch für Aerzte, Chirurgen und Hebammen, Prediger, Schullehrer, Ortsvorsteher, Gutsbesitzer und alle Landbewohner, wo keine Aerzte sind." Nürnberg, Campe 1834. Dieses Buch wäre es eigentlich gewesen, worin die Aufgabe vorlag, die verschiedenen Anwendungsarten des Kaltwassers, und die möglichen anderweitigen Behelfe einer schnellen minderbeschwerlichen Heilung, so wie die nöthigen Warnungen und Winke sorgfältig zu bezeichnen, wenn anders den Verfassern eine wissenschaftliche Grundlage

---

chrolusie (Kaltbadkunde) heißen. Die Freunde dieser Heilart sollten den schon bei den Griechen und Römern üblichen Namen Psychroluten (die kaltwaschen und baden) beibehalten.

und umfassende Erfahrung zu Gebote stand. Dagegen ist die Einleitung (von Prof. Oertel unterzeichnet) ein sehr oberflächliches Gerede und die alphabetischen Artikel enthalten eine so rohe Empirie, daß fünf oder sechs derselben schon alles sagen, was in den übrigen ohne einige Individualisirung bis zum Ueberdruß wiederholt wird, zu geschweigen, wie gefährlich es sey, der unbesonnenen Volksmasse ein Buch in die Hände zu geben, das zu kecken Unternehmungen verleitet und die gefährlichsten Mißgriffe veranlassen kann. — Um seinen Behauptungen größeres Gewicht zu verschaffen, veranstaltete Prof. Oe. wohlfeile Auszüge aus den Schriften gelehrter Wasserfreunde, und zwar aus den Engländern Dr. Floyer (Stuttg. Scheible, 1834. 3. Aufl.), Dr. Hancocke (ebend.), Dr. Smith (Nürnberg, Campe 1834); dann aus dem berühmten Deutschen, Dr. Hahn (Ilmenau, Voigt 1833, und Nürnberg, Campe 1834), und Dr. Hoffmann (Stuttg. Scheible 1834). Er war der erste, welcher das deutsche Publikum auf den Wundermann in Gräfenberg wies in: „Vinzenz Prißnitz, oder Aufruf an die Staatsregierungen Deutschlands zur Errichtung von Wasserheilanstalten.“ (Leipzig, Franke 1834), so wie er diesem sogleich auch einen italienischen Geistlichen an die Seite stellte, der schon im Jahre 1724 sich durch gelungene Curen in Sicilien und auf Malta einen Namen machte, in: „Pater Bernhard, ein Kapuciner, als weltberühmter Eisdoctor“ (ebendaselbst)*)

*) Von den Kranken dieses P. Bernardo Maria de Castroziano sagt der berühmte neapolitanische Arzt Cirillo, daß viele derselben gegen seine Erwartung geheilt

Von Seite des Publikums, das schon durch die Homöopathie in dem Vertrauen an die sogenannten hippokratischen Aerzte erschüttert worden war und nun an der Wassercur eine noch einfachere Methode kennen lernte, die zur Noth auch mit der homöopathischen sich verbinden ließ, blieben diese Bemühungen des unermüdlichen Reformators nicht ohne Anerkennung. Zahlreiche Zuschriften sprachen den glühendsten Dank der Geretteten aus; selbst Börne las Oertels Hefte, die er seine „Wasserbibel" nannte, mit Begierde und schrieb in seinen „Mittheilungen aus dem Gebiete der Länder- und Völkerkunde" (Offenbach, Brunet 1833): „Verlassen Sie sich darauf, daß unser Prof. Oertel mit seiner Wassercur gegen die Cholera Recht hat." Der ehrliche Hufeland bezeugte in seinem Aufsatz: „Das Element des Wassers als Heilmittel" (Auswahl kleiner medicinischer Schriften, Berlin, Veit 1834.) „Ich kann nicht unterlassen, das Verdienst zu erwähnen, welches sich Herr Prof. Oertel in Ansbach in den neuern Zeiten durch allgemeine Empfehlung des kalten Wassers als allgemeinen Heilmittels erworben hat." Oertel nennt dieses Zeugniß sein „Wasseratteſt." Die Pariser Zeitung Constitutionnel, empfahl 1831 7. Nov. die ins Französische übersetzte Schrift Oertel's über die Heilung der Cholera durch frisches Wasser; und Dr. Rosenstein in Rotterdam benützte in seinem Cholerabuche (1832) besonders

---

worden, und er sich dadurch bestimmt habe, in einer bösartigen Fieberepidemie kaltes Wasser zu Getränk und kalte Umschläge auf Brust und Unterleib zu verordnen.

dessen Auszüge aus Celsus. Bei Gelegenheit der Zueignung seines neubearbeiteten Hahn (1831) beschenkte ihn Se. Majestät der König von Preußen mit der goldnen Medaille. Das Kgl. bayerische Staatsministerium beauftragte unterm 2. Mai 1830 die k. Kreisregierungen, die Gerichtsärzte auf Oertels Methode aufmerksam zu machen, und sie zu geeigneter Mitwirkung aufzufordern. Auch ertheilte ihm die Kgl. bayerische Regierung unterm 27. Juni 1836 die Berechtigung, eine Wasserheilanstalt an einem geeigneten Orte des Königreichs zu errichten. In demselben Jahre ward ihm die Ehre zu Theil, sich mit dem Herrn Staatsminister Fürst v. Oettingen-Wallerstein in München über denselben Gegenstand persönlich zu unterhalten, und hierauf mit dem Hrn. Oberstlhofmeister Grafen v. Rechberg-Rothenlöwen eine Reise nach Gräfenberg zu machen, um die dortige Heilanstalt genauer kennen zu lernen. Das Ergebniß dieser Reise machte Professor Oertel bekannt in: Meine Land- und Wasserreise von Ansbach nach Gräfenberg zum Herrn Wasserdoctor Vincenz Prißnitz im Juli und August 1836. Nürnberg, Campe 1837.

Es übriget nur noch die andern von Prof. Oertel herausgegebenen Schriften zur Verbreitung der Wassercur, welche zum Theil auf eigene Kosten des Hydropath. Vereins verlegt wurden, zu verzeichnen.

„Die allerneuesten Wassercuren." Ein Heilschriftchen für Jedermann. Nürnberg, Campe. 18 Hefte 1829—1837; fortgesetzt vom Jahre 1837 an unter dem Titel: „Professor Oertels hydropathische Quartalschrift, welche das Neueste aus der

Wasserheilkunde enthält," bereits 10 Hefte. Diese Hefte enthalten eine schätzbare Sammlung von Nachrichten, praktischen Fällen, Kritiken und Belehrungen über einen noch in der Wiege gelegenen Zweig der Diätetik; sie lieferten auch dem Verfasser dieses Werkes manchen dankenswerthen Stoff, und verächtlich sollten sie vielleicht selbst dem Manne der Wissenschaft nicht erscheinen, weil sie wirklich auffallenden Einfluß auf das Volksleben, auch in Oesterreich geübt. Sie waren die erste eigentliche Wasserzeitung von Deutschland. Prof. Oertel hat durch sie den menschenfreundlichen Zweck, den er sich vorgesetzt, vollkommen erreicht.

„Kurzer Bericht von den seitherigen Wassercuren an Menschen und Vieh, für alle, welchen Gesundheit lieb und Krankheit unlieb ist, in der Stadt und auf dem Lande." Nürnberg, Campe 1835.

„Die Freuden und Leiden der Wasserheilkunde. Ein Spiegel für Aerzte und Nichtärzte." Nürnberg, Campe 1838.

„Warum sterben sogar viele Kinder schon in ihrem ersten Lebensjahre? und wodurch kann man dieses Uebel verhüten? In Bezug auf die russische Preisfrage vom Jahre 1834 hydropathisch beantwortet von Prof. Oertel in Ansbach. Eine Lehrschrift für Mütter" ebendaselbst. Unter mehr als achtzig Bewerbern ertheilte die kaiserl. ökonomische Gesellschaft zu St. Petersburg fünf Schriften den Preis; Oertel beurtheilt diese gekrönten Aerzte, und es wird in der That ihm leicht, zu zeigen, wie diese Männer einen Hauptpunct dieser Sache — welchem einmal doch von Regierungen und Akademien die verdiente Würdi-

gung werden sollte — entweder ganz bei Seite gelassen, oder nur obenhin berührt haben. Prof. Oertel hat freilich keine Preisducaten erhalten, allein der Menschenfreund, welcher so oft Familien beklagen muß, deren geliebte Sprößlinge nur durch eine Wassercur am Leben zu erhalten waren, belohnt ihn gern mit dem Trostrufe: in magnis voluisse sat est.

Professor Dr. (Phil.) Oertel in Ansbach, keiner Akademie Mitglied, keiner Behörde Rath, keines Ordens Ritter ꝛc., als Theolog, Philolog und Hydrolog von ihm selbst dargestellt. Nebst Verzeichniß seiner 70 Druckschriften, geb. in Streitberg, 13. Mai 1765, gest. in Friedberg, Ev. Joh. 21, 23. Ein Spiegel für Gelehrte und Ungelehrte. Erlangen, Palm 1840 mit Portrait. *)

Endlich bevorwortete er folgendes Schriftchen: „Die Wasserheilkunde in ihrem Fortschreiten; oder Joseph Bleile's wundervolle Heilungen durch Wasser. Mit vielen höchst merkwürdigen Zeugnissen." München, Fleischmann, 2 Hefte, 1838.

Hieher gehört auch:

Professor A. G. Kirchmayer: „Der Wegweiser der Gesundheit, oder praktische Erklärung über die Anwendung und Wirkungen des frischen Wassers als bestes Diät- und Heilmittel, in zwei Vorträgen:

---

*) Bekanntlich wurde der 77jährige Verfasser vor Kurzem zu zweimonatlichem Festungsarrest verurtheilt, weil er in einer Schrift, voll Unmuth über langjährige Nahrungssorgen und im Schmerz über seinen zur katholischen Kirche übergetretenen Sohn, gegen den Ober-Cons.-Dir. Dr. Niethamer in München, den er seinen „Lebensverkümmerer" nennt, öffentlich viel Uebels äußerte.

1) Für Gesunde; 2) Für Kranke. Zum Besten der Menschheit und ihrer Leidenden! Verbreitet vom hydropathischen (?) Central-Gesundheitsverein in München und Ansbach. Prof. Kirchmayer, Prof. Dr. Oertel, v. Schlemmer. 2 Hefte 1840. Ferner „Welche Gesundheitsbrunnen sind die heilsamsten und wirksamsten?" München, Fleischmann 1834 (mit blos neuem Titelblatt 1837), und die bewährtesten und wohlfeilsten Mittel gesund und lange zu leben. Eine Zeitbedürfnißschrift. Allen seinen lieben Mitmenschen gewidmet" ebend. 1827, 2. Aufl. 1837.

Prof. Oertel bemühte sich auch, geeignete Personen, welche sich der Heilmethode durch Kaltwasser widmeten, kräftigen Vorschub zu leisten, um wo möglich dieselbe in seinem Vaterlande recht heimisch zu machen. So veranlaßte er den Schustergesellen Fried. Schatz aus Kleeberg bei Leipzig, einen fleißigen Leser seiner Schriften, ihn 1833 zu Ansbach zu besuchen und mit seinen Empfehlungen nach Gräfenberg zu reisen, wo er auch den Winter über blieb. Zurückgekehrt übte er dann seine menschenfreundliche Wissenschaft so glücklich aus, daß er viele Personen in und um Leipzig von ihren oft langwierigen, von den Aerzten schon aufgegebenen Leiden heilte; worüber Prof. Oertel 24 förmliche Zeugnisse der Dankbaren aus dem Jahre 1835 im Hefte 16 abdrucken ließ. Doch wurde er wegen unbefugten Pfuschens gerichtlich belangt, und mit Strafe bedroht.

In ähnlicher Weise unterstützte er den Badergesellen Jos. Bleile aus Missen bei Immenstadt in Oberbayern, welchem aber gleichfalls auf Antrag des Münchner-Gerichtsarztes Dr. Kopp alle ferneren Cu-

ren unterſagt wurden. Doch hat Bleile's Methode das Eigenthümliche, daß er nicht Sitzbäder, ſondern kalte Umſchläge und Klyſtiere bei Unterleibsbeſchwerden anwendet, daß er Milch und Butter verbietet, dagegen unter reichlichſtem Waſſertrinken geſchälte Aepfel genießen läßt, auf ſtrenge Diät — faſt eine Art Hungercur — hält und damit ein Brech- und Abführmittel verbindet. Jenes beſteht darin, daß er zuerſt viel friſches Waſſer, darauf lauwarmes Waſſer giebt, was ein gelindes ſchmerzloſes Erbrechen bewirkt; dieſes iſt ein bloßes Salzwaſſer, indem er einen kleinen Löffel Salz in einer Maß Waſſer auflöst und allmählig austrinken läßt. Die hiemit erzielten Heilungen beſchreibt das kurz oben angeführte Büchlein. Es verſteht ſich von ſelbſt, daß Profeſſor Oertel auf die Medicinalgeſetze ſeines Landes nicht gut zu ſprechen iſt, indem er es für unbillig hält, daß man Leute, die ohne alle Arznei, durch die einfachſten Mittel Kranken helfen, welchen die gelehrten Aerzte nicht zu helfen wußten, blos darum verfolgt, weil ſie die bequeme Unfehlbarkeit eines privilegirten Standes, deſſen Opfer doch die Geſellſchaft ſelbſt nicht werden will, bedrohen.

Einigermaſſen mit Bleile's Verfahren einſtimmend iſt jenes des Kaufmannes Pauly in Wien, früher in Preßburg, welcher den größten Nachdruck auf vieles Gurgeln mit Kaltwaſſer legt, um durch die ſo bewirkte Schleimabſonderung den Körper vor einer Haupturſache des Siechens zu befreien. Uebrigens gibt auch er Salzwaſſer als Abführmittel und läßt darin ſogar baden. In einem von dem Preßburger Stadtphyſicus Dr. Endlicher († 1837) beſtätig-

ten Octavblättchen, welches an die Vorübergehenden ausgetheilt wird, datirt vom 7. Aug. 1832, wird nicht nur das Leiden beschrieben, von welchem Herr Pauly sich selbst durch diese Heilart befreite, sondern auch jedem, der sie nachahmt, unfehlbare Hülfe versprochen. Er räth, dreimal des Tages bis 9 Maß kaltes Wasser mundweise zu nehmen, es in dem Schlund zu halten und so bald es lau geworden, wieder auszuspucken; so werden die Lungenorgane gestärkt, viele böse Stoffe ausgeworfen, die Beschwerden der Brust gehoben, Heiserkeit und Husten beseitigt und viele andere Uebel, deren Ursache und Sitz gar nicht gekannt und noch öfter verkannt sind, geheilt, die schon für unheilbar gegolten haben. Ausser jenen Octavblättchen stößt man auch oft auf Einladungskarten mit geschriebener Angabe der Wohnung für diejenigen, die sich zu berathen wünschen, und folgenden, mysteriösen Worten: „Nur die Pauly's homöopathische (?!) Wassercur zu gebrauchen: Hülfe erfolgt gewiß!" Hoffentlich ist der erhaltene Rath ein besserer als die Stylisirung dieser Karten.

IIII. Literatur der neuesten Wasserschriften.

Bei der literarischen Thätigkeit und dem gemeinnützigen Eifer, welcher unser Jahrhundert auszeichnet, konnte es nicht fehlen, daß die beiden Männer Prißnitz und Oertel noch eine bedeutende Anzahl von Schriftstellern veranlaßte, diesem Gegenstande ihre Feder zu widmen; hierunter befinden sich nicht wenige Aerzte. Der bessern Uebersicht wegen mögen sie in folgenden Classen angeführt werden.

*

A. Laienschriften:

Hr. Röver, Prediger im Herzogthum Braunschweig, schrieb schon 1832 seine „Hydriasis oder die Heilkraft des kalten Wassers. Eine Anweisung, wie durch das kalte Wasser als das beste Heilmittel 160 (188) Krankheiten und Körperfehler gründlich zu heilen sind. Mit einem Anhange, wie das kalte Wasser in der Thierarzneikunde anzuwenden sey. Aus alten und neueren Schriften zusammengetragen und in alphabetische Ordnung gebracht." Leipzig, Franke, 2. Aufl. 1837 mit Hahns Portrait. Gegen Röver schrieb Dr. Nasse eine Antihydriasis 1833 und hierauf M. Schede (Rector in Buttstädt bei Weimar): „Rechtfertigung der Wasserheilkunde, mit besonderer Beziehung auf die Antihydriasis des Dr. Nasse. Sondershausen, Eupel 1833 und: „Wie dem Dr. Nasse 25mal der Kopf gewaschen worden. Von Dr. Trocken" (nicht Prof. Oertel) Nürnberg, Campe 1834; endlich Zocek: Antiantihydriasis. Leipzig, Hartleben 1834.

Th. Brand, Regierungssecretär: „Die Wassercuren des V. Prißnitz zu Gräfenberg. Ein Trost- und Handbuch für Kranke." Breslau, Schulz 1834, 2. Auflage 1835.

A. Schulze: „Die heilsamen Wirkungen des kalten Wassers und wie dasselbe in den manigfaltigen Krankheitszuständen als das sicherste und wohlfeilste Mittel anzuwenden ist. Eine nützliche Schrift für Jedermann. Quedlinburg und Leipzig, Basse 1835.

W. Hermann, preuß. Lieutenant und Regie-

rungs-Sekretär zu Trier: „Neueste Erfahrungen über die Heilkraft des kalten Wassers, eine Denkschrift, betreffend den V. Prißnitz zu Gräfenberg" u. s. w. Neisse und Leipzig, Hennings 1835 mit einer Ansicht von Gräfenberg; gewidmet Sr. Durchlaucht dem Fürsten von Metternich. Dieses Büchlein ist so gut geschrieben und gibt einen so richtigen Begriff von dem Leben und Leisten in Gräfenberg, daß es noch jetzt von jedem Gebildeten mit Wohlgefallen und Nutzen gelesen werden mag. Es kann nur mit Vergnügen bemerkt werden, daß die Widmung des Buches mit dem Namen eines Staatsmannes prangt, den die ganze civilisirte Welt als den Beschützer alles Gemeinnützigen in Kunst und Wissenschaft verehrt, und welcher den ersten Anstoß dazu gegeben hat, daß nun auch die Wassercur unter dem Schutze der österreichischen Behörde sich befindet.

Melzer, Professor in Breslau: Resultate der Wasserkur in Gräfenberg. Mit Abbildung einer Douche. Leipzig, Brockhaus 1837. — Mit größerer Umsicht und tieferer physiologischer Einsicht ist wohl noch von keinem andern Laien ein Werk über die Kaltwassercur geschrieben worden.

Raven, k. preuß. Lieutenant: Die Wassercur zu Gräfenberg, oder die Kunst, durch Anwendung des kalten Wassers Wärme zu erzeugen. Zur Erleichterung eines richtigen Gebrauches der Cur, nach längere Zeit fortgesetzten Beobachtungen beschrieben, und auf den Wunsch vieler Badegäste herausgegeben. Lissa, Günther 1837. — Diesem schmucklosen Schriftchen gab Prißnitz selbst damals den Vorzug vor allen übrigen.

A. Herzog: Kleines Handwörterbuch der Hydropathik oder Wasserheilkunde, enthaltend ein alphabetisches Verzeichniß der gewöhnlichen Krankheiten, nebst Angabe, wie solche durch kaltes Wasser geheilt werden können." Nürnberg, Campe 1837.

E. Amon: „Die Wasserheilkunst, oder Anweisung, wie man durch das Wasser schwierige Krankheiten heben und seine Gesundheit erhalten kann. Nach den besten und neuesten Quellen und eigenen Erfahrungen bearbeitet." Nordhausen, Fürst 1836.

E. Antoni: Die Kunst ein gesundes und wohlschmeckendes Trinkwasser herzustellen, wie auch im heißesten Sommer nicht nur kalt zu erhalten und zu machen, sondern sogar in Eis zu verwandeln. Nebst einer Einleitung über das Wasser im Allgemeinen, und seine wohlthätigen Eigenschaften. Nordhausen, Kühne 1837.

J. M. Scholand: „Das Waschen und Baden des menschlichen Körpers in diätetischer Hinsicht, nebst einem Anhange, die Verhaltungsmaßregeln für Badereisende und Brunnentrinker enthaltend. Nach ärztlichen Beobachtungen und eigenen Erfahrungen." Magdeburg, Stubach 1837.

E. Munde, Lehrer an der Bergakademie zu Freiberg: „Genaue Beschreibung der Gräfenberger Wasserheilanstalt und der Prißnitzischen Curmethode. Nebst einer Anweisung, über 70 der am häufigsten vorkommenden Krankheiten gründlich zu heilen. Ein Handbuch für diejenigen, welche nach Gräfenberg zu gehen, oder die Cur zu Hause zu gebrauchen gesonnen sind, wie für alle Kranke. Nebst einem Anhang über die Behandlung verschiedener Pferdekrankheiten.

Leipzig, Hartleben 1837. Den besten Beweis für die anerkannte Brauchbarkeit und Zweckmässigkeit dieses Büchleins, unstreitig eines der lehrreichsten, besonders in Bezug auf das Mechanische bei der Psychrolusie und auf die Selbstbehandlung der gewöhnlichen Unpäßlichkeiten, liefert der Umstand, daß es in kurzer Zeit vier Auflagen erlebte. Die Zweite, deren Vorrede einer zu Clausenburg erschienenen ungarischen, so wie auch einer in Prag vorbereiteten böhmischen Uebersetzung erwähnt, erschien im Jahre 1838; im darauf folgenden Jahre die Dritte und 1840 die Vierte bei Frohberger in Leipzig. Selbst die Fünfte soll schon unter der Presse seyn.

C. Th. Bayerhoffer, Dr. und Privatdocent der Philosophie: „Der Begriff der organischen Heilung des Menschen im Verhältnisse zu den Heilungsweisen der Gegenwart. Nebst einer Betrachtung über die jetzige Krisis der Weltgeschichte." Marburg, Garthe 1837.

K. A. Müller, Bibliotheksbeamter in Breslau: „Taschenbuch für schlesische Bad- und Brunnengäste, oder Beschreibung aller in Schlesien (beider Antheile) befindlichen Mineralbrunnen und Badanstalten, so wie des Gräfenberger Kaltwasserbades. In alphabetischer Ordnung." Schulz, Breslau 1835. Hier wird S. 47 — 61 auch Gräfenberg besprochen.

G. J. Rickauer Ritter von Fahrenthal: „Die Weiß'sche Wasseranstalt und Curmethode zu Freiwaldau. Ein Handbuch für Kranke, welche die Kaltwassercur zu Hause oder zu Freiwaldau gebrauchen wollen. Mit einer Ansicht der Wasserheilan-

stalt, und dem Porträt ihres Begründers." Leipzig, Wigand 1838.

A. Freiherr v. Falkenstein, preuß. Gardelieutenant: „Beschreibung meiner Krankheit und endlichen Heilung durch kaltes Quellwasser in der Heilanstalt zu Gräfenberg." Berlin, Posen und Braunsberg, Mittler 1838. Dieses eben so unbefangen als bescheiden verfaßte Büchlein enthält den wahrhaften Uriasbrief für alles Arzneiwesen auf seinem gegenwärtigen Standpuncte, und wer noch zweifelt an dem hohen Werthe der Wasserbehandlung, wird durch dasselbe bald orientirt werden. Der Verfasser hatte im Lager sich durch Verkühlung einen Schmerz am Knie zugezogen, und als dieser den Fuß ganz zu lähmen drohte, bediente er sich des Beistandes der ansehnlichsten Aerzte von Berlin. Mit diesem gelangte er dahin, daß der Fuß vielfach geschnitten und gebrannt werden mußte, bis man die Nothwendigkeit einer Amputation des Schenkels selbst erkannte. Auf Zureden eines andern Arztes ließ der Kranke es nicht dahin kommen; er ließ sich mit Kaltwasser behandeln. Da er aber von den bei einer Wassercur erscheinenden Vorfällen keine Kenntniß hatte, so gab er sie wieder auf, vertraute sich abermals dem Messer der Wundärzte, erfuhr es aber auch wieder, wie Schmerz und Gefahr mit jedem Tag sich nur vermehrten. Da begab er sich im Winter $18^{36}/_{37}$ nach Gräfenberg, und Prißnitz heilte ihn dergestalt, daß er nun wieder in seinen Dienst treten konnte. Wären noch mehrere Menschen in der Lage, ihre Heilungsgeschichte zu beschreiben, so würde man auch von andern Kranken hören, die ärztlich aufge-

geben, durch Prißnitz wieder gesund wurden. Wie verkennen die Aerzte oft die Natur der Krankheiten!

Von Demselben: Meine Erfahrungen in Bezug auf Wasserheilanstalten. Dresden 1839.

Ein merkwürdiges Seitenstück zu Falkensteins Krankheitsgeschichte lieferte kürzlich der Diak. von Zeitz, A. Kühn: Die Hülfe in der Noth! oder: meine Heilung von einem hartnäckigen Uebel durch die Kaltwasserkur zu Elgersberg und Ilmenau, nebst einigen Bemerkungen über die Wassercur überhaupt. Leipzig, Rein 1841.

J. H. Rausse: Der Geist der Gräfenberger Wassercur. Motto: „Wasser thuts freilich." Zeitz, Schieferdecker 1838.

Von Demselben: Wasser thuts freilich! Miscellen zur Gräfenberger Wassercur. Zeitz, Schieferdecker 1839. — Diese beiden Schriften, von deren Letzterer 1840 zu Krakau eine polnische Uebersetzung erschien, gewähren eine eben so angenehme als lehrreiche Lectüre, obgleich der Verfasser in seinem Enthusiasmus für's Wasser sichtbar zu weit geht, und alle andern Heilmittel für wahre Gifte und die Aerzte für Giftmischer erklärt.

Floskraft, Dr.: Die richtige Mitte im Gebrauch des kalten Wassers, oder vollständige Anweisung, wie man dasselbe im gesunden und kranken Zustand anwenden soll; nach den besten Schriften und neuesten Erfahrungen bearbeitet. Ulm, Nübling 1838.

A. Döring, Dr.: Natur und Leben in Gräfenberg. Brieg, Schwarz 1836.

J. G. Möller, durchgesehen von Mag. Lux, pract. Thierarzt in Leipzig: Hydro-homöopathisches

Taschenbuch der Thierheilkunde, oder die Krankheiten der Hausthiere und deren Heilung durch kaltes Wasser, vorzüglich aber durch homöopathische Mittel. Ein neues, alphabetisch-bearbeitetes Noth- und Hülfsbuch für jeden Thierarzt und Viehbesitzer. Leipzig, Lauffer 1839.

H. P. Rosch: Vertheidigung der neuen Wasserheilmethode gegen diejenigen Aerzte, welche ihr entgegenarbeiten, nebst einem Antrag an alle Staatsregierungen zu deren Beförderung und Verbreitung; auch mehrerer Arzneigelehrten Warnung vor der Gefährlichkeit des Arzneigebrauches. Eine Aufklärung für alle, denen ihre Gesundheit und Leben lieb ist. Leipzig, Fest 1840.

J. Sulek, evangelischer Prediger in Sobotiz: Wodolekan aneb Poucenj, ktwak cerstwa studena studnicnj woda prot. ennohym tila nemocem lidj i dobytka's prospichem užiwati se muže. Tyrnau, Wachter 1838.

C. A. Zeller: Der Segen der Hautpflege. Nach 32jährigen Erfahrungen aus meinem Leben. Stuttgart, Literaturcompt. 1839.

D. J. Hoppe: Wie härtet man die Haut ab? Mit Darlegung der gesammten Abhärtungslehre beantwortet. Berlin, Logier 1839.

D. H. Klencke: Die äussere Haut und ihr Verhältniß zum Organismus. Versuch die Prißnitzsche Methode der Wasserheilkunst physiologisch zu beleuchten. Flugschrift für Aerzte und Nichtärzte. Leipzig, Kollmann 1839.

(Baron de Chabot) Notice sur l'hydrosudopathie (??) ou nouveau moyen d'entretenir sa santé et

de guérir à l'aide de l'eau froide et de la transpiration le cholera. Paris, Mansut 1838. (Der Verfasser soll das Schriftchen unentgeltlich durch ganz Frankreich vertheilt haben.)

A. Kolaczkowsky: Gräfenberg i Freiwaldau, czyli krotki rys kryticzny kuracy i wodnej, podług zasad uzywanyck w zatladack wodnyck Gräfenbergskim i Freiwaldau. Breslau, Schletter 1840.

W. Voigt, preuß. Hauptmann und Leiter der Anstalt im Alexandrinenbade zu Freiwaldau a. O.: Anleitung zum Gebrauch der Kaltwassercur für diejenigen, welche sich zum Schutz gegen Krankheiten ans kalte Baden und Wassertrinken gewöhnen wollen. Berlin, Fernbach 1840.

K. Graf v. Rechberg und Rothenlöwen: Allgemein medizinisch- und hydriatrisch-kritische Beleuchtung des Auszugs aus dem Kommissionsberichte des Prof. hon. Dr. Horner über die Gräfenberger Curmethode. München, Franz 1841.

Von demselben Herausgeber: „Der Honorar-Professor Dr. Horner in München über Prißnitz's Heilmethode. Zwei neue kritische Beleuchtungen des obigen Auszugs. München, Franz 1841."

Zu den bisher Genannten gesellen sich noch folgende Laien-Autoren aus dem österreichischen Staate:

Ritter, Dr.: Die Wunder des kalten Wassers in seiner Heilkraft bei vielen Krankheiten. Eine Schrift für Nichtärzte. Zweite vermehrte Auflage. Pesth, Heckenast 1836.

Von Demselben: Von der heilsamen Kraft und Wirkung des gemeinen Wassers ꝛc. Aus ärztlichen Schriften und einer länger als 40jährigen Er-

fahrung gesammelt von J. Smith. Aus dem Englischen übertragen. Pesth, Heckenast 1838.

E. Zoczek, Hauptmann und Baudirector zu Winkovcze in der Militärgrenze: „Triumph der Heilkunst mit kaltem Wasser, oder Ruf an alle Menschen zum zweckmäßigen Gebrauch des kalten Wassers. Mit einer Erklärung der Ursachen der Krankheiten und Aufführung der sichersten Gegenmittel. Nebst einem Anhange, enthaltend viele Beispiele vollkommen gelungener Wassercuren." Leipzig, Hartleben 1836. Dieses mit allen Reizen eines guten Vortrags ausgestattete Büchlein sollte ein Lesebuch in jeder gebildeten Familie sein. Es ist nicht möglich, die Mißbräuche der bei uns herrschenden Lebensart, die von Jugend auf eingeübten gesellschaftlichen Vorurtheile, die Ursachen der Abneigung vor dem reichlichen Gebrauche des frischen Wassers und die Verderblichkeit der gewöhnlichen geistigen Getränke und warmen Genüsse, so wie das Nutzbare des Kaltwassers anschaulicher und überzeugender darzustellen.

E. v. Held — Ritt, Lieutenant in der k. k. Armee: Prißnitz auf Gräfenberg, oder treue Darstellung seines Verfahrens mit kaltem Wasser. Ein Handbuch für alle, welche Gräfenberg besuchen, und die Wassercur dort oder in der Heimath brauchen wollen, so wie für jene, welche dort Heilung fanden. Nebst topographischer Beschreibung von Gräfenberg und seiner Umgebung." Mit einer Karte und Prißnitz's Porträt. Wien, Mörschner und Jasper 1837. Mit Vergnügen wird der Leser von diesem fleißigen Beobachter sich über das Oertliche und Persönliche von Gräfenberg, sowie über das Wesen des dortigen Heilverfahrens unterrichten lassen. Man

erfährt hier — nicht Abgeschriebenes, sondern Selbstgesehenes und Selbsterfahrenes. Interessant ist besonders S. 77 die Nachricht über den Prißnitzbrunn, welcher von dem Urgroßvater des jetzigen berühmten Mannes den Namen hat. Eine Tochter des Freiwaldauer Bürgers Prißnitz wurde nemlich zur Zeit des dreißigjährigen Krieges von schwedischen Soldaten entführt, ins Gebirg bis zu diesem Wasser geschleppt, wo der Vater sie auffand, und den Unmenschen entreissen wollte, aber von ihnen hier erschlagen wurde. Das aus diesem Gebirg, dem sogenannten Grenzfloß entquellende kälteste, reinste, weichste und daher eindringlichste Wasser speiset die Douchen unsers Prißnitz und gibt an der Todesstätte des Unglücklichen Leben und Gesundheit vielen Glücklichen.

Von der zweiten Auflage des gegenwärtigen Werkes von einem Menschenfreunde erschien i. J. 1838 zu Lemberg bei Piller eine polnische Uebersetzung mit dem Titel: Zimna woda. Jako osobliwszy szodek utrzymania zdrowia i léczenia chozob. Słówko do wszystkich ludzi, którzy sobie życzą być zdrowymi i wesoléj dosiegnąć starości, Przez przyjaciela ludzi, z Niemieckiego. Z rycina. Widanie drugie.

Von der dritten Auflage desselben Werkes bearbeitete der Verfasser (ehemals Professor in Frankreich) selbst eine freie französische Uebersetzung unter dem Titel: L'eau fraîche, comme excellent diététique et admirable curatif. Paris et Leipsic chez Avenarius et Brockhaus 1840.

Dasselbe 1841, im Nachdrucke zu Brüssel. Société belge de librairie. Hauman et Comp.

Von demselben Verfasser erscheint zugleich

mit dieser 4ten Auflage bei Franz in München ein neues Werk unter dem Titel: „Briefe über Krankheitsheilung und Gesundheitspflege, mit vorzüglicher Rücksicht auf die Kaltwasser-Heilmethode. Jungen Aerzten und gebildeten Layen zum Nachdenken gewidmet."

Anonyme Schriften:

„Ueber die Wunder und heilsamen Wirkungen des kalten Wassers, und wie dasselbe in den mannigfachen Krankheitszuständen als das sicherste und wohlfeilste Heil- und Stärkungsmittel anzuwenden ist. Eine nützliche Schrift für Jedermann. Von den berühmtesten Aerzten Deutschlands und der Schweiz bearbeitet. Zweite vermehrte Auflage. Glarus, Schmid 1837.

„Allerneuester Wasserdoctor. Das kalte Wasser als einzige Universalmedicin unserer Zeit, oder allgemeiner Sieg der Heilkunst mit kaltem Wasser. Ein Aufruf an alle Menschen, nebst einem Anhange, enthaltend eine Sammlung von Urtheilen der vorzüglichsten hydropathischen Aerzte." Nach eigenen Erfahrungen bearbeitet von H. K. Hamburg, Berendsohn 1837.

„Die Kaltwassercur, zur bessern Verständigung und Benützung derselben in krankem und gesunden Zustande; oder, ohne Wasser kein Leben. Von einem eifrigen Hydropathen." Ulm, Nübling 1837.

„Der nützliche Wasserdoctor, oder leichtfaßliche Anweisung, blos durch den Gebrauch des kalten Wassers manchem Uebel vorzubeugen, oder dasselbe von Grund aus zu vertilgen, besonders in Hinsicht der edleren Theile des menschlichen Körpers, so wie Krankheiten zu heilen." Ulm, Ebner 1837.

„Der Wasserprediger zur Pestzeit. Eine Mittheilung für alle Menschen.“ München, Lindauer 1837.

„Das Wasserbüchlein, oder praktische Anleitung für alle Menschen jeden Alters und Geschlechts u. s. w. Mit zwei (ganz unnützen) Abbild.“ Kempten, Dannheimer 1838.

„Das kalte Wasser als Bad und Getränk dem menschlichen Körper sehr heilsam.“ Dritte Auflage. Leipzig und Stuttgart. Scheible 1836.

„Die Wunderkräfte des kalten Wassers in vielen Krankheiten, nebst mehreren einfachen Hausmitteln gegen Schwind- und Lungensucht“. Ludwigsburg 1831.

„Die Wunderkräfte des kalten Wassers in Heilung schwerer Krankheiten. Von einem pract. Arzte.“ Arnstadt 1831.

„Die neueste praktische Wasserheilkunde.“ In alphabetischer Ordnung. Ulm 1837.

„Die neueste practische Wasserheilkunde in ihrem ganzen Umfange, oder der vollständigste Wasserarzt für Jedermann. In alphabetischer Ordnung nebst zwei Tafeln, Abbildungen zur Errichtung ganz einfacher Wannenbäder.“ Ulm, Ebner 1837.

„Der neueste Hausarzt nach den Grundsätzen der Naturheilkunde. Von einem praktischen Arzte“. Pesth und Leipzig 1838.

„Die Heilkräfte des kalten Wassers, nachgewiesen durch 100 Erfahrungssätze berühmter Aerzte.“ Nördlingen 1839.

„Die neuesten Erfahrungen in der Anwendung und Heilkraft des kalten Wassers. Von einem kgl. preuß. Oberarzte.“ Leipzig 1840.

„Die Kaltwasser-Heilanstalt in Alexandersbad bei Wunsiedel.“ Baireuth 1841.

„Der Gebrauch der Flußbäder nach Angabe der dabei zu beobachtenden Vorsichtsmaßregeln. Gesammelt aus den Schriften berühmter praktischer Aerzte.“ Dillingen, Aulinger 1841.

„Der ärztliche Rathgeber bei Brunnenkuren, kalten und warmen Bädern für alle, welche dieselben zu gebrauchen benöthigt sind. Enthaltend Vorschriften und Erinnerungen für Badende und Badereisende. Von einem praktischen Arzte.“ Ulm, Ebner 1840.

„Die neuesten Erfahrungen in der Anwendung und Heilkraft des kalten Wassers bei mehr als hundert verschiedenen Krankheiten, besonders auch bei acuten Hautkrankheiten. Mit einer getreuen Darstellung der Gräfenberger und der in Sachsen befindlichen Wasserheilanstalten. Von einem k. preuß. Oberarzte.“ Leipzig, Schreck 1840.

„Versuch einer allgemein faßlichen wahrhaft populär medizinischen Lehre von den Wirkungen und dem vernünftigen Gebrauche des kalten Wassers in Gesundheit und Krankheit. Von einem ärztlichen Beförderer der rationellen Wasserheilkunde.“ Lpz., Wigand 1840.

„Der neueste Hausarzt nach den Grundsätzen der Naturheilkraft, oder Belehrung, wie sich bei Abwesenheit des Arztes in den häufigsten und gefährlichsten Krankheiten durch den Gebrauch der einfachsten Mittel schnelle Hülfe zu verschaffen, und insbesondere durch die innere und äußere Anwendung des kalten Wassers die Gesundheit zu erhalten. Nebst einer Anweisung zur Selbstbereitung der darin vorgeschlagenen Mittel und einer vollständigen Diätetik. Von einem practischen Arzte.“ Pesth, Hartleben 1838.

B. Schriften der Aerzte.

Der berühmte Hufeland, k. preuß. Leibarzt,

bearbeitete zwar kein eigenes Werk über das kalte Wasser, doch gab er mehr als Ein lautes Zeugniß für die wunderbare Kraft desselben, theils in seiner Makrobiotik, theils in andern medicinischen Schriften; auch erkannte er öffentlich und lobpreisend Oertels Bemühungen und die Empfehlung des kalten Wassers (siehe Auswahl kleiner medicinischer Schriften. Berlin, Veit 1834. Band I. S. 34 — 50), was dieser sein Wasseratteſt nannte.

Dr. Caspar: „Behandlung der asiatischen Cholera durch Anwendung der Kälte." Berlin, 1832.

Dr. Reuß in Aschaffenburg rühmt in seinen „Medicinischen Systemen und Heilmethoden der neuesten Zeit," Stuttgart und Tübingen, Cotta 1831 das Kaltwasser, und setzt es an die Spitze aller Heilmittel, indem es allen Indicationen entspreche. „Wenn es irgend ein Mittel in der Natur gibt, welchem vermög seines allgemeinen und unbedingten Gebrauches die Benennung eines Universalmittels zukommt, so ist es das kalte Wasser." Er bemerkt S. 470, er habe um seiner Wassercuren willen sich den Namen eines „Sechspfennigdoctors" zugezogen, da er bei vielen Krankheiten wenige oder gar keine Medicinen anwende.

J. Dr. Brandis, k. dänischer Leibarzt: „Erfahrungen über die Anwendung der Kälte in Krankheiten." Berlin, Reimer 1833.

Dr. Beckstein (nennt sich auch B. W. Beck): Der Wasserkatechismus. Zweite Aufl. Berlin 1836. — Von Demselben: Der Arzt ohne Medicin, durch bloße Anwendung des kalten Wassers. Berlin 1837. — Hydriatik auf pathologische Grundsätze gestützt. Berlin 1838.

A. H. Kröber, practischer Arzt in Breslau:

Prißnitz in Gräfenberg, und seine Methode, das kalte Wasser gegen verschiedene Krankheiten des menschlichen Körpers anzuwenden. Für Aerzte und Nichtärzte dargestellt." Mit einer Ansicht von Gräfenberg. Zweite Auflage 1833. Breslau, Max 1836. Die Stimme dieses eben so verständigen als bescheidenen Arztes, dessen Buch noch jetzt zu den schätzenswerthesten gehört, trug wesentlich bei, das Publikum in weiteren Kreisen auf die neue Heilart aufmerksam zu machen.

Dr. Fabricius: Das Ganze der Heilkunst mit kaltem Wasser; oder deutliche Anwendung die meisten und gefährlichsten Krankheiten der Menschen auf die sicherste Weise durch den Gebrauch des kalten Wassers schnell und gründlich zu heilen; nebst einem Anhange, enthaltend eine Auswahl von Krankheitsgeschichten. Für Gebildete aller Stände (2 Auflagen, Leipzig, Geibel 1834). Die dritte umgearbeitete Auflage, Leipzig, Frohberger 1838.

Th. E. Kurz, prakt. Arzt zu Frankenstein: „Ueber den Werth der Heilmethode mit kaltem Wasser, und ihr Verhältniß zur Homöopathie und Allopathie; nebst Vergleichung der Verfahrungsart des Professor Oertel mit der des V. Prißnitz. Eine Schrift für Jedermann. Nach eigenen Erfahrungen bearbeitet." Leipzig, Wigand 1835.

Einen schätzbaren Aufsatz über die Wassercur gab Ebenderselbe in Dr. Griselichs Homöopathischer Zeitschrift: Hygea 1837 1 Band. 1. Heft.

S. Gutmann, Zahnarzt in Leipzig: „Das vereinfachte Regen- und Sturzbad." Leipzig, Kollmann 1835. Mit einer Abbildung der Apparate.

V. E. May, „Der Rathgeber bei Wassercu-

ren. Eine ausführliche Anweisung, wie man durch den Gebrauch des Wassers, dieses einfachen und doch so überaus kräftigen Heilmittels, sich von Krankheiten befreien, und die Gesundheit erhalten kann." Meißen, Klinkicht 1837.

F. Reiner, prakt. Arzt zu München: Die epidemische Brechruhr, ihre Verhütung und Heilung, im Nothfall auch ohne Arzt." Nürnberg, Campe 1837.

G. Husemann, prakt. Arzt zu Würzburg: „Die Behandlung der Cholera mit Eis." Erlangen, Palm und Enke 1837.

C. L. Kollert, Wundarzt zu Grimma: „Wasserheilkunde für das Volk, d. i. Anleitung ohne vieles Arzneigebräu aus der lateinischen Küche gesund zu bleiben, und mit klarem Wasser mannigfache körperliche Leiden und verjährte Uebel gründlich zu heilen." Grimma 1837.

Dr. Rötel („ein alter Practiker"): „Das Ganze der Wasserheilkunde. Eine auf mehrjährige Erfahrung gegründete Anleitung, wie das kalte Wasser von Kranken und Gesunden vernünftig zu gebrauchen." Leipzig, Fischer und Cassel, Krieger 1838.

Von einem anonymen „praktischen Arzte erschien: „Die neueste praktische Wasserheilkunde in ihrem ganzen Umfange, oder der vollständigste Wasserarzt für Jedermann. In alphabetischer Ordnung nebst 2 Tafeln Abb. zur Einrichtung ganz einfacher Wannenbäder." Ulm, Ebner. 1837.

A. Müller, prakt. Arzt: „Die Wunderkräfte des kalten Wassers in Heilung schwerer Krankheiten. Eine allgemeine verständliche Anweisung, sich dieses großen Mittels mit Nutzen zu bedienen." Leipzig. Reimann 1838.

Dr. E. A. W. Richter: „Versuch zur wissenschaftlichen Begründung der Wassercuren.“ Friedland 1838. Von demselben: „Offene Empfehlung der Wassercuren.“ Friedland 1839. Beide Schriften gehören zu den Ausgezeichnetsten über Hydriatrik.

Dr. K. A. Koch, prakt. Arzt: „Das kalte Wasser. Wo ist es anzuwenden, wo nicht? Geschichte der Wasserheilkunde, Diät, Benutzung des kalten Wassers, Darstellung der wichtigsten Krankheitsformen nach ihren charakteristischen Erscheinungen, nebst ihrer zweckdienlichsten Behandlung. Als zweckmäßiges Haus- und Hülfsbuch für alle Stände nach den besten und neuesten Quellen und nach eigener mehrjähriger Erfahrung bearbeitet.“ Leipzig 1838.

In feindseligem Geiste verfaßt ist folgendes Schriftchen: „Akademische Vorlesungen über den Gebrauch des kalten Wassers im gesunden und kranken Zustande. Gehalten auf der Universität B. von Prof. Dr. H., Ober-Medicinalrath. Für das gebildete Publicum, bearbeitet und herausgegeben von Dr. F. Helmenstreit.“ 1. Heft. 1—8. Vorlesung Cassel, Krieger 1839.

Dr. Leo Bergmann, prakt. Arzt zu Pleinfeld: „Diät, kaltes Wasser und Bewegung, die drei Heroen der Medicin; oder Anweisung, durch passende Diät... Krankheiten zu verhüten und zu heilen. Ein Handbuch für Aerzte und gebildete Laien, gegründet auf mehrjährige Erfahrung.“ Nürnberg, Campe 1838. Gewidmet dem königl. bayer. Obermedicinalrath und Professor, Dr. J. N. v. Ringseis.

Ed. Schnitzlein, prakt. Arzt in München, „Beobachtungen, Erfahrungen und ihre Ergebnisse zur Begründung der Wasserheilkunde, hauptsächlich

in Folge allerhöchsten Willens nach einem längeren Aufenthalte zu Gräfenberg dargestellt." Gewidmet dem Grafen von Rechberg-Rothenlöwen. 2. Auflage. München, Franz 1838. Mit diesem Werkchen scheint endlich der Anfang gemacht zu einer ernsten wissenschaftlichen Behandlung der Wasserheillehre. Der Verfasser kehrte von Gräfenberg, wohin der menschenfreundliche, allseitig das Gute anregende König von Bayern ihn gesendet, mit befriedigenderen Resultaten zurück, als sein gleichzeitig dort anwesender und durch Prißnitz selbst zur schnelleren Abreise gedrungener College Dr. Horner, welcher von seiner allopathischen Befangenheit und andern unlautern Rücksichten sich verleiten ließ, mehre höchst ungünstige Berichte über die Gräfenberger Heilanstalt dem Publikum zu erstatten, doch — Dank seinem offenen Vorgange — den nachdrücklichsten Widerspruch erfahren hat. (Sieh die S. 109 verzeichneten, vom Grafen v. Rechberg herausgegebenen Schriften, so wie Münchener politische Zeitung 1838 Nr. 101. 109. 115. 116. 119. 123.) Es ist dieß eine der gelungensten hydriatrischen Schriften, die wir besitzen.

Dr. M. Schreber: „Das Buch der Gesundheit." Eine Orthobiotik nach den Gesetzen der Natur und dem Bau des menschlichen Organismus." Leipzig, Volkmann 1839.

Dr. Weigersheim: „Das kalte Wasser für immer." Eine Abhandlung mit besonderer Berücksichtigung für höhere und hohe Behörden als Beschützer, Gebieter und Beförderer öffentlicher Heilanstalten und Sanitätsmaßregeln, so wie für Gönner der Wasserheilkunde und alle diejenigen, denen das eigene

Wohl und das ihrer Mitmenschen am Herzen liegt." Berlin, Fernbach 1839.

Dr. M. Wulzinger: „Hydrologia oder die Heilkraft des Wassers." Eine vollständige Abhandlung über die Eigenschaften und den Nutzen des gemeinen Wassers und der Mineralquellen nach den Grundsätzen der Physik, Chemie und Pharmakodynamik. Zum Gebrauche für Aerzte und Nichtärzte." Passau, Winkler 1839.

Dr. La Corbière: „Traité du froid, de son action et de son emploi intus et extra en hygiène, en médecine et en chirurgie." Paris Cousin 1839.

Dr. Bigel: „Manuel d'hydrosudopathie (?), ou traitement des maladies par l'eau froide, la sueur, l'exercice et le régime suivant la méthode employée par Mr. V. Prissnitz à Gräfenberg. Suivi d'un mémoire physiologique sur la chaleur animale par Mr. Pelletan." Bruxelles, Haumann 1840.

Dr. Engel: „De l'hydrothérapie ou du traitement des maladies par l'eau froide; de ses rapports avec la médecine dans l'état actuel, suivi d'observations pratiques." Paris Bechet 1840.

Dr. L. Wertheim: „De l'eau froide appliquée au traitement des maladies, ou de l'hydrothérapeutique, suivie de remarques sur l'emploi des bains et des lotions dans l'enfance." Paris, Cousin 1840.

L. Sauvan, prakt. Arzt in Warschau: „Darstellung der wissenschaftlichen Prinzipien der Wasserheilkunst, oder der sogenannten Gräfenberger Heilmethode. Aus dem Französ. mit Zusätzen von K. Munde." Neisse u. Leipzig. Hennings 1840.

Dr. E. V. Dietrich: „Gräfenberg wie es ist,"

oder die Wasserheilanstalten des Herrn V. Prißnitz zu Gräfenberg und des Herrn J. Weiß zu Freiwaldau, nach den neuesten Beobachtungen und Nachrichten treu und wahr dargestellt." Neisse u. Rawicz. Lobel 1840.

Dr. H. Heidenhain. „Die Prißnitz'schen Wassercuren an und für sich und in Vergleich mit dem allopathischen Curverfahren in einzelnen Krankheiten." Marienwerder, Baumann 1840.

Dr. F. Schubert: „Grundzüge der allgemeinen Wasserheilkunde". München, Fleischmann 1840.

Dr. H. Hornburg: „Das kalte Wasser, oder wie, wo und wann kann und darf es ohne Arzt als Heilmittel angewendet werden?" Ulm, Ebner 1840.

Dr. Röder: „Der Hausbrunnen als Wasserheilanstalt und Apotheke des Hauses für Jung und Alt." Ein Handbuch für alle, deren Verhältnisse es nicht gestatten, eine auswärtige Bäd- oder Wassercur besuchen zu können." Leipzig, Polet 1840.

Dr. C. A. Laub: „Allopathie, Homöopathie und Wasserheilkunde in ihren Grundzügen dargestellt." Leipzig, Schumann 1840.

Dr. L. Fränkel: „Aerztliche Bemerkungen über die Anwendung des kalten Wassers in chronischen Krankheiten." I. chronische Krankheiten des Verdauungsapparats. Mit 4 Ansichten der Ebersdorfer Wasserheilanstalt." Berlin, Förstner 1840.

Dr. H. Schnaubert: „Versuch einer Darstellung der Wirkung des kalten Wassers auf den menschlichen Körper. Mit besonderer Rücksicht auf die Prißnitz'sche Curmethode." Weimar, Voigt 1840.

Dr. H. Sinogowicz: „Die Wirkungen des

kalten Wassers auf den menschlichen Körper, heilwissenschaftlich beurtheilt." Berlin Hage 1840.

Dr. F. L. Fleischmann, Vorsteher der Anstalt zu Schallersdorf: „Leitfaden für Curgäste und Wasserheilanstalten." Nürnberg, Stein 1840.

Dr. F. Stecher: „Taschenbuch der Wasserheilkunde nach der Prißnitz'schen Methode, nebst Beschreibung der Anstalt zu Kreischa." Leipzig, Fleischer 1840.

Dr. B. Hirschel: „Hydriatica, oder Begründung der Wasserheilkunde auf wissenschaftliche Principien, Geschichte und Literatur. Mit Darlegung aller neuern Schriften über Wasserheilkunde nach Inhalt und Werth. Leipzig, Wigand 1840.

Dr. H. Claessen: „Wahres und Falsches in der sogenannten Wasserheilkunde. Ein Wort der Verständigung an Aerzte und gebildete Laien." Köln, Dümont Sch. 1840.

Dr. H. Ehrenberg: „Ansichten über die Gräfenberger Wassercuren, begründet auf einen längeren Aufenthalt daselbst." Leipzig, Voß 1840.

Die ungegründeten und falschen Ansichten des Verfassers wurden mit siegreichen Waffen bekämpft von Dr. Ruppricht's: „Ehrenrettung des V. Prißnitz und seines Heilverfahrens, oder Beleuchtung der Ansichten des Dr. Ehrenberg über die Gräfenberger-Wassercuren." Breslau, Max 1840.

Dr. Bürkner, Inhaber der Anstalt zu Alt-Scheiting: „Schlesiens Wasserheilanstalten und Prißnitzens Heilmethode. Ein Handbuch für diejenigen, welche jene Anstalten zu besuchen, oder die methodische Anwendung des Wassers kennen zu lernen beabsichtigen." Breslau, Kohn 1841.

Dr. Küster: „Ueber Wasserheilkunde mit besonderer Berücksichtigung der Wasserheilanstalt zu Cronthal im Nassauischen.“ Frankfurt, Sauerländer 1841.

Bertini, consigliere del collegio di medicina: „Della medicina idropatica in Germania“ Torino 1838.

Allgemeine Wasserzeitung. Seit 1ten April 1838 herausgegeben von Dr. Richter in Erlangen und seit 1839 unter dem Titel: Der Wasserfreund, oder allgemeine Zeitschrift zur Beförderung der Wasserheilkunde, fortgesetzt von Dr. Schmitz, Vorsteher der Wasserheilanstalt in Schloß Marienberg bei Boppard. Er nahm später Dr. Piutti in Elgersburg zum Mitredacteur an, und führt dieselbe nun schon im 3ten Jahre, unter Mitwirkung sämmtlicher Vorsteher von Wasserheilanstalten mit lobwürdigem Fleiße fort. Sie gewinnt einen steigenden Werth durch gehaltvolle Aufsätze, authentische Krankengeschichten, durch Recensionen und andere interessante Notizen.

Endlich beschenkte Prof. Dr. E. H. Schultz in Berlin die Freunde des Kaltwassers mit ein paar physiologischen Aufsätzen, welche den Aerzten allerdings eine höhere Werthschätzung unsers Heilmittels beizubringen geeignet sind, nemlich:

„Ueber die gehemmte und die gesteigerte Auflösung und Ausscheidung der verbrauchten Blutbläschen.“ In Hufelands Journal der prakt. Heilkunde, fortgesetzt von E. Osann. Berlin 1838 April. Dann

„Ueber die Wirkung des Wassertrinkens auf die Mauser und die Verjüngung des Blutes.“ In Gräfe und Walther's Journal für Chirurgie und Augenheilkunde. Berlin 1840. Bd. 29. Heft. 3 u. 4. Diese

letzte sehr lehrreiche Abhandlung ist auch mit berichtigenden Anmerkungen von Dr. Schmitz aufgenommen worden in den Wasserfreund 1841 Nr. 7 bis 14.

Hiezu kommen noch folgende ärztliche Schriftsteller aus dem österreichischen Kaiserstaate:

S. M. Granichstädten, Stadtarmenarzt: „Handbuch der Wasserheillehre (Hydriasiologie) oder des naturgemäßen geregelten Heilverfahrens mit kaltem Wasser." Wien, Gerold, 1837. Das Buch ist Sr. k. k. Hoheit dem Erzherzog Ludwig gewidmet und von Höchstdemselben mit einer goldenen Medaille belohnt worden. Der Verfasser hat im Jahre 1838 auch eine Kaltwasseranstalt in Laab bei Wien errichtet.

J. J. Weiß, Thierarzt in Freiwaldau und Director einer Kaltbadanstalt daselbst: „Die neuesten Erfahrungen und Heilungen aus dem Gebiete der Wasserheilkunde. Ein medicinisches Volksbuch mit einem Vorworte des k. preuß. Stabsarztes Starke." Breslau. Leukart 1837.

Dr. Alex. Weiß, (prakt. Arzt in Wien): „Ein Wort über die herrschende Wassercurmethode für Freunde und Feinde derselben." Wien, Mayer 1838.

Ed. Hlawaczek, pract. Arzt in Karlsbad: „Die Wasserheilkunde, oder pharmak. therap. Darstellung des gemeinen kalten und erwärmten Wassers und der sämmtlichen Mineralwässer, mit besonderer Berücksichtigung der Karlsbader Thermalquellen." Wien Benedict 1838.

Dr. E. Oesterreicher: „Fragmente aus dem Reiche des kalten Wassers, entworfen zu Gräfenberg 1839." Pesth, Trattner-Karolyi.

D. C. Pričicz, „Dikentij Prissnitz nicgowa ladno-

wodna lekaria i sadašni i biwši bolnici u Graefenbergu.“ Neusatz, Jankowiz 1839.

Dr. F. Fritz, Vorsteher einer Wasserheilanstalt zu Mühlau bei Innsbruck: „Skizze über die Heilmethode des V. Prißnitz in Gräfenberg, als Resultat eines im Februar und März 1839 daselbst stattgefundenen Aufenthaltes und eigener dreijähriger Ausübung.“ Innsbruck, Wagner 1839.

Mag. J. O. Müller: „Das Kaltwasser in seinen heilkräftigen Beziehungen zu Zahnkrankheiten; als Anleitung zur begründeten und zweckgemäßen Anwendung dieses Heilmittels, mit besonderer Rücksichtnahme auf die Bedürfnisse des nichtärztlichen Publikums durch Krankengeschichten erläutert.“ Wien, Tendler 1840.

Nicht unmittelbar die Kaltwasserheilkunde betreffend, doch theilweise hieher gehörend und der Behandlung mit kaltem Wasser erwähnend, sind noch folgende Schriften zu verzeichnen:

Osiander: „Volksarzneimittel.“ Tübingen 1829.

Zimmermann: „Von der Erfahrung in der Arzneikunst.“ Dritte Auflage. Zürich 1831.

Reuß: „Medizinische Systeme und Heilmethoden der neuesten Zeit.“ Stuttgart und Tübingen 1831.

Müller, K. A., Taschenbuch für schlesische Brunnengäste.“ Breslau 1835.

Vetter: „Handbuch der Heilquellenlehre.“ Berlin 1838.

„500 beste Hausarzneimittel gegen alle Krankheiten.“ Quedlinburg u. Leipzig 1838. 2te Aufl.

„Die Hausarzneimittel in Krankheiten.“ Lpz. 1838.

Dr. J. T. Held: „Zweiter Blick auf Karlsbad.“ Ein Sendschreiben an Herrn Ritter Dr. Carro. Prag, Haase 1838.

C. E. Wahrhold: „Volksblätter für homöopathisches Heilverfahren mit Bezug auf Wasserheilkunde.“ Deutschlands Nichtärzten gewidmet. Leipzig, Schumann 1838.

„Oekonomischer und medicinischer Universalrathgeber.“ Vierte Auflage. Stuttgart 1839.

Dr. G. Himly: „Gesundheitsblätter für gebildete Nichtärzte.“ Celle und Hannover, Helwing 1840.

Stürmer, russischer k. Militärarzt: „Die Mineralquellen, das gewöhnliche Trinkwasser und mehrere Arzneistoffe.“ Leipzig 1840.

Ferner folgende Schriften über Gesundheitslehre, oder Diätetik, auch Hygiastik:

„L. Cornaro's erprobte Mittel, gesund und lange zu leben.“ Aufs neue herausgegeben und mit Anmerkungen versehen von Dr. Frz. Schlüter. Zweite Auflage. Wien, Ludwig 1826.

A. H. Ritter: „Von den wahren Mitteln und dem einzig sichern Wege, die meisten Krankheiten zu verhüten, sie in der Geburt zu ersticken, und der Verkürzung des Lebens auszuweichen.“ Für deutsche Aerzte und Laien. Herausgegeben von H. A. Penz, nassauischem Hof- und Medicinalrathe. 2te Auflage. Mainz, Kupferberg 1837.

Ph. C. Hartmann, Professor in Wien: „Glückseligkeitslehre für das physische Leben des Menschen, oder die Kunst, das Leben zu benützen und dabei Gesundheit, Schönheit, Körper- und Geistes-

stärke zu erhalten und zu vervollkommnen." Zweite Auflage. Leipzig, Voß 1832.

A. S. Brüggemann, medicin. Professor: „Gesundheitslehre. Von dem Bau und dem Leben des menschlichen Körpers und der Erhaltung seiner Gesundheit. In Vorträgen an Gebildete, für Jedermann faßlich dargestellt." Magdeburg, Creuz 1835.

Dr. H. S. Paulitzky: „Anleitung zu einer vernünftigen Gesundheitspflege, insbesondere für Landleute." Neunte Auflage. (Nachdruck. Wien, Mausberger 1827.)

Dr. J. Johnson: „Hygiastik, oder die Kunst ein gesundes und lebensfrohes Alter zu erreichen." Bearbeitet von Dr. L. Calman. Leipzig, Weber 1838.

Dr. J. H. Curtis: „Die Kunst lange zu leben, oder Beobachtungen über die Erhaltung der Gesundheit in der Kindheit, der Jugend, dem Mannes- und Greisenalter." Aus dem Englischen von Dr. L. Calman. Hamburg, Berendsohn 1838.

Das bei Weitem lehrreichste und bis jetzt von keinem übertroffene Buch dieser Art ist Dr. Ch. W. Hufeland's „Makrobiotik, oder Kunst, das menschliche Leben zu verlängern." Fünfte Auflage. Berlin, Reimer 1823, worin dem Wasser das verdiente Lob mit Nachdruck gespendet wird.

Noch gibt es einige der Wasserheilkunde gewidmete Aufsätze, welche hier verzeichnet werden müssen, weil sie, wenn gleich in verschiedenem Sinne geschrieben, doch beigetragen haben, die Aufmerksamkeit des Publikums dieser neuen Heilart zuzuwenden, und hauptsächlich die Person Prißnitz' und dessen Aufenthalt am Gräfenberge betreffen.

Das größte Verdienst gebührt in dieser Hinsicht dem Verfasser von zwei Aufsätzen in der Allgemeinen Zeitung, des Hrn. v. Cotta, von deren Erscheinung der Zudrang nach Gräfenberg in Massen sich herschreibt. Der eine erschien in der Aufserordentlichen Beilage vom 5. Juni 1836 unter dem bedeutungsvollen Titel: „Gräfenberg, die erste europäische Curanstalt mit kaltem Wasser in österreichisch Schlesien, von dem edlen Grafen v. Rechberg zu besonderm Abdruck für die allgemeinste Verbreitung in Bayern befördert, von fast allen Blättern der österreichischen Monarchie aufgenommen oder übersetzt, auch von Professor Oertel in seinem 18. Hefte mit verdienter Belobung abgedruckt. Der andere in der Aufserordentlichen Beilage vom 21. August 1837: „Kaltenleutgeben, nächst Wien, die zweite österreichische Badanstalt mit kaltem Wasser."

Sehr lobenswerth bewies sich ferner die Redaction des gemeinnützigen, alle auf Volkswohlfahrt und Geistesbildung bezüglichen Gegenstände practisch besprechenden „Allgemeinen Anzeigers der Deutschen" zu Gotha, welche nicht nur die von Zeit zu Zeit entstehenden Wasseranstalten namhaft macht, sondern auch eigene Abhandlungen über das Kaltwasser enthält, von welchen folgende anzuführen sind: 1836 Nr. 242 und 244 „Kaltwassercur"; Nr. 352 und 354 „Geschichte eines durch Prißnitz geheilten Mädchens;" 1838 Nr. 77 und 78 „die Heilkräfte des kalten Wassers"; 1841 Nr. 219 und 220 „über die methodische Anwendung des kalten Wassers als Heilmittel" (Eine Berichtigung dieses Aufsatzes ließ

Dr. Fritz, Vorsteher der Wasserheilanstalt zu Mühlau, in Nr. 247. des bayer. Landboten einrücken).

Schon 1813 schrieb Weisser in den „Satyrischen Blättern" Leipzig I., S. 178 ein „Selbstlob des Wassers."

Seine gewandte Feder bewährte Laube auch in der Mitternachtszeitung Nr. 28, 30, 34 und 36 mit dem Aufsatze: „die Bäder von Gräfenberg."

Der Correspondent v. u. f. D. in Nürnberg, so wie der deutsche Courier von Stuttgart, enthielt mancherlei gute Notizen, welche auf die das Kaltwasser berührenden Zeiterscheinungen aufmerksam machten. So berichtete der erstere vor Kurzem noch (1838 Nr. 289) aus einem italienischen Blatte, daß am 10. September ein Schuster zu Monte S. Angelo in der Capitanata in einem Alter von mehr als 103 Jahren gestorben sey, der vier Frauen gehabt, nie ernstlich krank gewesen und als 1837 ihn die Cholera befiel, sich blos durch Enthaltung von allen Nahrungsmitteln und den Gebrauch des frischen Wassers von derselben befreite.

Die Verhandlungen der Dr. Horner und Schnitzlein, so wie des Domdechant Diepenbrock über Gräfenberg, welche die Münchener Politische Zeitung 1838 geliefert, sind bereits früher erwähnt worden.

Das Conversations-Lexicon (Leipzig, Brockhaus. 8. Auflage) enthält im Artikel „Wassercur" auch eine kurze Beschreibung dieser Heilart, dessen Verfasser zwar von dem „geschwätzigen Eifer" (Oertel) und der „unglaublichen Kühnheit" (Priznitz) spricht, womit Laien sich in der neuesten Zeit des Gebrauches des Kaltwassers angenommen, doch

unbefangen genug hinzusetzt: „Es ist unrecht, daß so wenige Aerzte diesen wichtigen, für die Gesundheit einflußreichen Gegenstand durch gründliche Prüfung zu würdigen sich bemühen, und daß sie ein Mittel ohne gegründete Ursache verachten, welches in ihren Händen in vielen Krankheiten wahre Heilwunder zu vollbringen vermag. Die Vernachläßigung der äußern (? nicht auch der innern?) Wassercuren von Seite der Aerzte erklärt den Einfluß, den Oertel durch seine Schriften gewonnen hat, und das Aufsehen, welches Prißnitz in Gräfenberg erregt."

Auch die österreichischen Zeitblätter nahmen an der Besprechung unsers wichtigen Gegenstandes vielfältig Theil, indem sie, wie die Wiener Zeitung (1837. 12. Mai) die im Auslande gebildeten Wasserheilanstalten nennen, oder wie Kaltenbäcks nun eingegangene Oesterreichische Zeitschrift für Geschichts- und Staatenkunde (1836 Nr. 75.) Wasserschriften bekannt machen. Dr. H. Beer's Gesundheits-Zeitung würde sich bei seinem Publikum sehr verdächtiget haben, hätte sie nicht auch die neue Wassercur, welche täglich zahlreichere Anhänger gewinnt, berücksichtiget, und thut sie es nicht mit aufrichtigerer Umständlichkeit, so mögen nur zarte Verhältnisse den ehrenwerthen Herausgeber daran verhindern. Schon unter der Redaction des Dr. Bastler enthielt die Gesundheitszeitung: „Bemerkungen über den Gebrauch des Wassers als Arznei, nach Theorie und reiner Erfahrung unpartheiisch beurtheilt für das nichtärztliche Publikum" von dem Hofmedicus Dr. A. E. v. Frölichsthal, 1836. Nr. 36 u. 37.; dann aber unter Dr. Beer's Leitung, von demselben

schon durch den sel. Hufeland mit Reuß und Pitschaft gekrönten Gelehrten in den: „Stimmen über die Kräfte des kalten Wassers" I. „Fingerzeige in Betreff des kalten Wassers als Präservativ- und Heilmittel, als Warnung für Nichtärzte." 1837 Nr. 35. „Der Verfasser dieses gegenwärtigen Wasserbuches sendete hierauf eine zweite Stimme ein Nr. 44, ohne von seinem Vorgänger noch etwas gewußt zu haben. In Nr. 69 schrieb Dr. A. Jeitteles über „Wasserwuth und Wasserangst." Im Jahre 1838 Nr. 3 und 5 erschienen: „Beiträge zur Geschichte des Heil- und Pfuscherwesens" von einem Arzte, welcher das heilkundlose Selbstcuriren mit Fug und Recht rüget, den Schwimmmeistern das Kopfstürzen, welches sie, um den Schülern die Furcht vor dem Wasser zu benehmen, viel zu allgemein anrathen, verweiset, und die Aengstlichkeit der Frauen für ihr Kopfhaar als unvereinbar mit dem Gebrauch des Kaltbades erklärt." Lesenswerth ist auch Nr. 48 „Das künstliche Schwimmen," wegen so mancher nützlicher Winke. In Nr. 54 theilt ein Dr. —s aus des Wiener Arztes Quarin Animadv. practicae eine Stelle mit, die so lautet: „Die kalten Bäder, die früherhin vielleicht (!) zu sehr vernachläßigt wurden, werden jetzt (d. i. lang vor der Gräfenberger Periode) mit zu weit getriebenem Lobe bis in den Himmel erhoben. Wo sie wohlthätig wirkten, da tönt ihr Lob aus Aller Mund; wenn aber die Sache übel ablief, die Leiden vermehrt wurden, und ein unglücklicher Erfolg eintrat, da ward fein still geschwiegen." Dem geehrten Einsender, welcher mit „Nichts Neues unter der Sonne!" schließt, ist zu bemerken, daß der gegenwärtige Stand

der Wasserheilkunde unstreitig ein vollkommnerer ist, als er es damals vor fünfzig Jahren gewesen, und daß, wenn das „fein still schweigen" etwas beweiset, damit der Stab auch über unsere berühmtesten Aerzte gebrochen wäre, deren Mißgriffe so oft — der Todtengräber verscharrt. Um so verdienstlicher hat sich in Nr. 57 der mit — Julius — unterzeichnete Einsender des „Briefs eines Arztes an seine Tochter über das Schwimmen" gemacht, worin nemlich die Vortheile, die aus dem Schwimmen für die kräftige Entwicklung des weiblichen Organismus entstehen, auf sehr beherzigungswerthe Weise auseinander gesetzt werden. Bei dieser Gelegenheit bezeugt der geehrte Herausgeber seine Freude über den jährlich häufiger werdenden Besuch der Wiener Damenschwimmschule durch die weiblichen Bewohner der Residenz. Ein anderer Mitarbeiter — m — bringt Nr. 58 Dr. P. Lichtenthals: **Ideologia medica, ossia l'acqua commune e l'acqua minerale, loro natura, uso dietetico e medicinale, Novara 1838** zur öffentlichen Kunde. In dem Aufsatz „Ueber einige Pflichten gegen Sterbende Nr. 73 heißt es: „Je weniger in der Regel todtkranke Personen genießen können, desto genauer muß darauf gesehen werden, daß dieses Wenige, was sie verlangen, oder was man ihnen darreicht, wahrhaft angenehm und erfrischend sey. In vielen Fällen erhält sich der Geschmackssinn bis zum letzten Augenblicke rein und unversehrt, ja zuweilen nimmt er gerade dann an Schärfe und Empfänglichkeit zu. Daher vermeide man so viel möglich, den Sterbenden mit unangenehmen widerlich schmeckenden Arzneien zu quälen, vielmehr

bestrebe man sich, dessen letzte Wünsche auf eine Weise zu befriedigen, die ihm Erquickung und Annehmlichkeit im Genuße gewährt. Man glaube aber ja nicht, daß dieß nur von Personen möglich sey, denen es ihre Vermögensumstände erlauben, sich derlei theuere Erfrischungen anzuschaffen! Die wahrhaft erfrischenden Mittel für Sterbende sind in der Hütte der Armuth eben so bei der Hand, wie im Palaste des Reichen, und die gerechte Vorsehung war hier, wie überall, darauf bedacht, mit unbestechlicher Gerechtigkeit gegen Arme und Reiche zu verfahren. „Aequo pulsat pede pauperum tabernas regumque turres.“ Ein einfacher Trunk reinen, frischen, kalten Wassers ist meist hier genügend, und das beste, überall zu habende Labsal. Man irrt sich, wenn man glaubt, lauter Thee, Wein oder sonst ein künstlich zusammengesetztes Getränk erquicke mehr den Sterbenden, als das reine, unverfälschte Wasser. Wir sagen „unverfälscht;“ denn sobald das Wasser zur etwaigen Verbesserung seines Geschmacks Zusätze erhält, hört es auf, die eigenthümliche, erquickende Kraft für Sterbende zu gewähren. Die tägliche Erfahrung und die Stimme der Natur deuten auch hin, daß das Wasser in der letzten Lebensstunde mehr als alle seine Surrogate und Compositionen leistet. Selbst reiche, an die Freuden der Tafel gewohnte Personen, die das Wasser in ihren gesunden Tagen selten oder nie tranken, begehren es in ihrer letzten Stunde, und ziehen es jeder Art geistiger Getränke vor. Denn diese werden, selbst wenn sie von Sterbenden sehnsüchtig verlangt werden, bald zum Eckel. Die süßlichen, mit Gelées

und Compots aller Art versetzten Getränke werden höchstens nur auf kurze Zeit, meist nur einmal, mit wahrem Appetite genossen, während Schwerkranke Tage und Wochen hindurch ohne Ueberdruß reines, einfaches Wasser trinken." Wie merkwürdig ist es hier zu sehen, daß der menschliche Bau eigentlich nur für den Genuß des Wassers bestimmt ist, daß dasselbe Sterbenden selbst heilsam gedeihe und daß nur die Fülle der Gesundheit und der Leichtsinn der Verwöhnung dazu gehöre, um die Masse der andern unnatürlichen Getränke theils zu verlangen, theils selbst angenehm zu finden. Was dem mit dem Tode ringenden Menschen so erquickend ist, muß es nicht um so wohlthätiger dem Gesunden seyn?

Die Preßburger Aehrenlese, und ihre Nachfolgerin die Panonia, Beilagen zur Zeitung dieser Stadt, haben das Kaltwasser 1836 Nr. 22 als zweckmäßiges Schutz- und Heilmittel bei der Cholera empfohlen, dann Nr. 69 „des V. Prißnitz Verfahren mit Cholerakranken, so wie ein sehr gemüthliches, auch in Hrn. Bäuerle's Theaterzeitung 1837. 11. und 12. Juli wiederholtes Schreiben eines in Gräfenberg Geheilten über die dortige Wassercuranstalt in Nr. 23. und 24. März mitgetheilt.

Die Theaterzeitung von Wien gab 1837, 17. August und 11. November launigte Anspielungen auf Wasserlust am „Graben" und auf dem „Wasserglacis" mit lächerlichen Bildscenen; sie schilderte ihren Lesern 1838 Nr. 168 Falkensteins merkwürdige Heilung seines von den Aerzten schon zur Amputation bestimmten, aber in Gräfenberg durch blosses Wasser geheilten Fußes, beschrieb Nr. 137

die Wasserheilanstalt des Dr. Granichstädten in Laab u. a.

Der Humorist des Herrn Saphir gab unter dem Titel: „Wasser auf die Mühle der Wasseranhänger" die Stelle aus dem Theuerdank über Kaiser Max I. Selbstcur durch Kalttrinken, 1837. 16. Oct. und rühmte 1838 Nr. 129 die Dampfdoucheanstalt des Herrn Morawez in Wien.

Das Wiener Morgenblatt des Herrn Oesterlein bespricht 1837. 2. Oktober die Anstalten von Kaltenleutgeben und Laab bei Wien, sowie Nr. 140 — 142 die Bäder überhaupt.

Lemberts Telegraph in Wien, bereits eingegangen, theilt 1837 Nr. 74 und 75 eine anziehende Erzählung A. Schuhmachers: „Doctor Barth und Ich" mit, wie er als Knabe von der Gefahr des gänzlichen Erblindens, nachdem andere Aerzte ihm nicht helfen konnten, durch blosses Wasser von dem als Sonderling bekannten Wiener Doctor geheilt worden. Auch hat dieses Blatt Nr. 86 das humoristische Stoccato: „Wasser und Wassercur."

In Ebersbergs Oesterreichischem Zuschauer 1837. Nr. 28. schildert A. Schilling das „Oeffentliche Leben in Wien" mit nachfolgenden ernst-spaßigen Worten: „Noch zu keiner Zeit hat man die Heilkräfte des Wassers mit solch erschöpfendem Eindringen in Theorie und Praxis behandelt, noch nie deren Wichtigkeit für die menschliche Gesundheit so sehr eingesehen, und nie ward sie mit so zahlreich glücklichen Erfolgen gekrönt, als jetzt. Hauptsächlich scheint diese Wassercur in Wien großen Antheil zu finden, denn allenthalben hört

man von dem Buche des Herrn Dr. Granichstädten über diese Behandlungsart sprechen. Ganz Wien trinkt nun vom Morgen bis zum Abend Wasser; die Wirthe schenken Wasser aus, die Dichterlinge schütten Töpfe voll Wasser über ihre trockenen Lieder, Wasser finden wir in Dramen und Romanen, und das Alles gibt wieder der Kritik Wasser auf ihre Mühle. Doch erst im Sommer werden wir uns am Wasser vollkommen erquicken können. Im Sommer, wenn der Schnee seine Staubferien hält, und die Luft nicht mehr scharf und verletzend weht, wie ein Epigramm von Kästner, sondern lieblich und warm, wie Schulze's Cäcilie, wenn der Himmel sich mit seinen freundlichen blauen Augen coquettirend im Wasserspiegel beschaut, und Schwimmschule und Freibad ihre zweispännigen Einladungen zum rothen Thurmthore senden; dann — dann wollen wir Herrn Dr. Granichstädten's weise Lehren mit Lust und Liebe befolgen. Auch Kirschenwasser wollen wir trinken und Rohitscher mit Wein!"

Groß-Hoffinger's colossaler „Adler" brachte 1838 Nr. 130 u. 135 folgenden Aufsatz: „Einiges über den Werth des kalten Wassers als Heilmittel, mit Beziehung auf eine in Mühlau nächst Insbruck gegründete Kaltwasser-Heilanstalt von F. Fritz, Regimentsarzt zu Insbruck.

Welche Wichtigkeit die neuerkannten Gesundheitskräfte für die Geistlichen, diese natürlichen Volksfreunde, haben, wie besonders in ihrem Berufskreis es liege, nicht nur selbst zur kräftigeren Führung ihres Seelsorgamtes, sondern auch um leibliche Wohlthäter

ihrer Heerde zu werden, und Jugend und Alter mit Rüstigkeit zu begaben, ja beide zur religiösen Ausbildung durch Stärkung des sittlichen Characters mittels Ausschließung erkünstelter schädlicher Bedürfnisse, und durch Einflößung der Liebe zum frischen Brunnquell vorzubereiten, beredte Wortführer der Psychroluste zu sein, zeigt ein ausführlicher Aufsatz in Pletz' neuer theologischen Zeitschrift, 10. Jahrg. 1. Band, 1837.

Eine kurze Biographie von Prißnitz enthält Gräffer's fleißig gesammelte Oesterreichische Nationalencyklopädie, Wien, Beck. 1835—1837.

IV. Kaltwasserheilanstalten.

A. Im österreichischen Kaiserstaate.

Bevor wir zu den eigentlichen Kaltwasserheilanstalten übergehen, sei es vergönnt, zuerst der in Wien bestehenden kalten Bäder und Douchen ꝛc. Erwähnung zu machen.

Den von Dr. Ferro 1780 errichteten ersten Badhütten folgten 1810 die Freibäder in der Donau an Plätzen, welche der Sicherheit wegen durch Pfähle mit Stricklinien abgesteckt wurden. 1812 entstand die k. k. Militärschwimmschule im Fahnenstangenwasser im Prater, wo das Publikum um mäßiges Honorar Unterricht im Schwimmen erhält, und wer diese heilsame Kunst erlernt, sie daselbst zu seinem Vergnügen üben darf; unmittelbar anstossend, errichtete erst kürzlich (1838) der Schwimmmeister Kerbaczek das Fahnenstangenbad, abgesondert für die Geschlechter, als eigene Unternehmung, mit den nöthi-

gen Bequemlichkeiten. Eine nicht bedeutende Strecke hinab befindet sich in demselben Donauarm das eigentlich sogenannte und vielbesuchte Freibad. Zur angemessenen Versorgung aller in Wien befindlichen Freibäder widmet die menschenfreundliche n. ö. Regierung die jährliche Summe von 1800 fl. Münze, für welche seit einiger Zeit der Zimmermeister Scherzer die Verwaltung übernahm. Ferner gibt es unentgeldliche Strombäder am Schüttel (unter der Franzensbrücke) und im Fahnenstangenwasser, an welchem letzten Orte Hr. Kouff eine Wäschanstalt mit zwei Douchen errichtet hat, die immer zahlreichere Besucher herbeilocken. Für Unbemittelte hat derselbe eine Zahl von tausend unentgeldlichen Schwimmhosen bestimmt. Die andere Wäsche erhält man um sehr billigen Preis, und das unmittelbar am Ufer befindliche Holzgebäude dient zum Aus- und Ankleiden, auch zum Ausruhen unter dem Schutz des Daches, gleichwie der jedem Wunsch entgegenkommende freundliche Unternehmer mit wohlwollendem Eifer den Wünschen und Bedürfnissen der Badlustigen zu entsprechen sich bemüht. Wie Hr. Scherzer im Wiener Kanal am Schüttel ein zweckmäßig eingerichtetes Zahlbad sammt Douche für die Freunde des Strombades unterhält, so genehmigte die Behörde ihm auch im Kaiserwasser ein Zahlbad, an das wieder unmittelbar ein Freibad in eigenen Hütten stößt. Auch dieses Zahl- und Freibad ist von dem oben erwähnten, im Fahnenstangenwasser nicht weit entfernt und befindet sich ganz nahe an der ersten (kleinen) Taborbrücke. Somit hat Wien gegenwärtig drei Freibäder: unter der Franzensbrücke, im

Fahnenstangen- und im Kaiserwasser. Ueber die Vermehrung derselben, welche wegen des jährlich wachsenden Bedürfnisses dringend nöthig ist, wird so eben noch berathen. Im Kaiserwasser links der kleinen Taborbrücke befindet sich seit 1830 die Damenschwimmschule, mit Abtheilungen auch für Männer, deren vortreffliche Einrichtung schon die Aufschrift: „Ferdinand und Maria Annabad" verbürgt. Zur Bequemlichkeit des Publikums sind auf dem Stephansplatze und am Rothenthurmthor während der Badezeit eigene Stellwagen in Bereitschaft, welche von Stunde zu Stunde die Badgäste um wenige Groschen nach all diesen Orten fahren und die Ermüdung des Weges beseitigen. An dem letzten Orte bezeichnet auch eine Tafel den täglichen Thermometerstand des Stroms.

Vorzügliche Erwähnung verdienen zwei Badanstalten in Wien, welche die wohlthätigen Schwitzanstalten des Nordens auch nach unserem Himmelsstrich verpflanzten, nemlich das 1820 errichtete russische Dampfbad in Gumpendorf, Zwerggasse Nr. 361 von K. Matschiner, und das Sophienbad des Franz Morawez, auf der Landstraße, Marxergasse Nr. 46, das am 14. Jänner 1838 eröffnet wurde. Als wir in jenes eintraten, verhinderte ein dicker Qualm uns, alle Gegenstände deutlich zu erkennen. Nur bemerkten wir, daß auf der obern Terrasse zwei colossale Gestalten sich bewegten; einander gegenüber liegend, schwangen sie Geißeln von Birkenlaub über ihre nackten Körper, deren Geräusch uns an die Strafen jenes Orts erinnerten, welchem Dante's göttliche Komödie die bekannte trostlose Auf-

schrift giebt. Durch diese sanften Schläge wird nemlich das Hautsystem gereizt, einen raschen Säfteumlauf zu bewirken und mittels des in Siedtemperatur fließenden Schweißes die gichtischen und andere krankhafte Stoffe auszuscheiden. Einen viel günstigeren Eindruck auf uns machte das andere, so daß eine nähere Beschreibung desselben hier am rechten Ort stehen dürfte.

Es ist eine für das Wesen menschlicher Gesundheit unendlich wichtige, besonders in neuerer Zeit von den ansehnlichsten Aerzten eingeschärfte Beobachtung, daß eine sehr große Anzahl der bedeutendsten leiblichen Uebel keine andere Quelle habe, als die Erkältung, d. i. die verhinderte gleichmäßige Ausdünstung des Körpers. Dieser Umstand hat nicht nur in den heißesten Himmelsstrichen die Sitte guter Bekleidung, welche besonders in den kühleren Nächten erforderlich ist, zur Folge gehabt, sondern er erklärt auch die unsäglichen Leiden, denen wir im kälteren Klima unterworfen sind, nachdem der Wechsel der Witterung, und vor allen die Mode uns so häufig den Erkältungen aussetzt, und Krankheiten erzeugt, die bei der üblichen Unachtsamkeit und so vielem Leichtsinn oft ganz unerklärlich sind, aber nicht selten lebenslang quälen, und die blühendste Jugend, das kräftigste Alter vor unsern Augen zur Grube hinabreißen. Der so allgemein beliebte Gebrauch warmer oder erhitzender Getränke und warmer Bäder hat eben darin seinen Ursprung gefunden. Man weiß, wie wohlthätig, zumal bei rheumatischen, gichtischen und vielen andern Uebeln die Bettwärme, der durch Arzneien hervorgelockte Schweiß wirket, und Priß-

nitz's wohlthätige Methode kräftiger Schweißerregung durch Wolldecken hat großentheils darin ihre Begründung, daß sie das gestörte Gleichgewicht der Hautausdünstung wieder zu gewinnen beabsichtigt. Allein so glücklich diesen aufmerksamen Beobachter die Natur hierin geleitet, so wenig ward er von der Kunst unterstützt. Wenn seine Art, den Schweiß durch Einwicklung in wollene Decken hervorzutreiben, nicht etwa darum unbedingt vorzuziehen ist, weil das Mittel der äußeren Dämpfe nicht immer ohne Nachtheil für die Lunge angewendet werden kann, so läßt sich nicht verkennen, daß das sitzende Verweilen in einer Schwitzstube Bequemlichkeiten darbietet, welche ein Gräfenberger Schwitzbett nicht gewährt. Obgleich in Rußland und Polen die Dampfbäder im allgemeinen Gebrauche sind, so daß jede Dorfgemeinde ein gemeinschaftliches besitzt, und man dort mit triefendem Schweiß sich alsbald in den Fluß oder Schnee stürzt, ohne davon andere als wohlthätige Wirkungen zu erfahren: so besteht Prißnitz doch auf der Behauptung, daß seine Methode unvergleichbar die bessere ist; und daß seine Erfahrungen Vertrauen einflößen müssen, liegt am Tage. Immer werden daher besonders solche Personen, die mit Brustleiden behaftet sind, sich auch vorsehen dürfen, daß sie im Sophienbade das rechte Maß beobachten, und den Rath ihrer Aerzte jedesmal einholen. Allerdings kommt in Gräfenberg noch ferner die ganze sonstige Lebensweise, das durchgängig kalte Verhalten, die Bewegung in erfrischender Luft, die Naturdouche im Wald, die manigfaltigen Formen des äußern und innern Wassergebrauches, die Anwesenheit eines bei jeden

eintretenden Zwischenfall, besonders den sogenannten Krisen, stets hülfreichen Mannes zu berücksichtigen, und wird die dortige Anstalt stets, zumal für manche Classe der Kranken, als die verläßlichste auszeichnen. Diesen Umstand abgerechnet, dürfte Morawez' Dampfbad des Beifalls derjenigen sowohl, die einer nur warmen Behandlung den Vorzug geben, als auch der Freunde der von Gräfenberg sich erfreuen.

Das Sophienbad hat durch die Sinnigkeit des Unternehmens wesentliche Vorzüge vor den gewöhnlichen Schwitzstuben erhalten. Die letzten haben das Widerliche, daß sie einen durch das Aufgießen des Wassers auf glühende Steine erzeugten, daher von schädlichen Bestandtheilen keineswegs freien Dampf enthalten, indem das auf diese Steine gebrachte Wasser auch Kalktheile mit auflöset, sich selbst mit Asche vermischt, und der hiedurch hervorgebrachte Dampf ein qualmdichter den Lungen nachtheiliger wird. Herr Morawez hat in seinen Schwitzstuben verschlossene und eigens eingerichtete Oefen angebracht, aus welchen ein völlig farbloser, dünner, durchsichtiger Dampf hervordringt, welcher durch besondere daselbst angebrachte Vorrichtungen auch die schnelle Abänderung seiner Temperatur zuläßt. Indem seine Schwitzstuben mehrere Brunnröhren enthalten, so kann, wer die Schweißerregung vollbracht hat, zugleich die Begießung mit Kaltwasser an derselben Stelle genießen und somit das ganze Geschäft in etwa einer Stunde vollenden. Für die Liebhaber der Gräfenberger Methode hat er in der Nähe Wannen zum Vollbad, um den Schwitzenden eine schnelle,

dem Gefühl so angenehme Abwaschung zu gewähren, und in den nahen Kämmerchen findet man Ruhebetten, um die bewirkte Aufregung des Körpers sich stillen zu lassen, oder selbst eines kurzen Schlummers zu genießen. Auch andere Bequemlichkeiten werden dargeboten; die Gäste erhalten nämlich nach Verlangen hinlängliche, in eigenen Dampfkästen gewärmte Wäsche zum Abtrocknen; die Wolldecken, in die man sich auf dem Ruhebett wickelt, sind, mittels der anstossenden Tuchappreturanstalt nach jedesmaligem Gebrauch so gereinigt, daß sie so gut wie als ungebraucht anzusehen sind; die in den Fußboden gesenkten Wannebäder sind zu ebener Erde mit Steingut, im ersten Stock sogar mit Porzellän prachtvoll ausgetäfelt; die geschlossenen Gänge, Vorhallen und vor allem der mit Tageslectüre versehene Gesellschaftssaal gestatten Bewegung und Vorbereitung zum Austritt in die äussere Luft. Eine im Hofraume angebrachte Kaltdouche bietet auch den Freunden Gräfenbergs willkommenen Genuß. Das ganze Gebäude der Anstalt gewährt von Aussen wie von Innen, mit seinen auf den kleinsten Raum zusammengedrängten bequemen Einrichtungen einen höchst erfreuenden Anblick. Es versteht sich, daß Begehrende auch Bäder mit künstlichen Mineralzusätzen, als Soole, Schwefelbad u. d. gl. erhalten. Die Nähe der gewohnten Stadtärzte, welche den Fortgang der Cur zu beurtheilen im Stande sind, ist für viele ein nicht zu übersehender Vortheil. In der That wird diese Anstalt bereits von zahlreichen Gästen besucht, viele Leidende verdanken seit dem Jahre ihres Bestandes ihr die Genesung von sehr

schmerzlichen und hartnäckigen Uebeln, die Gesundheitsbehörden schicken ihr die kranken Armen auf Kosten der Wohlthätigkeitsvereine zu. Setzet man bei, daß die Preise sehr billig gestellt sind, und daß der Unternehmer, leider ein blinder Mann, aber dafür ein sinnreicher, technisch unterrichteter, dienstfertiger und zu gewünschten Mittheilungen stets bereitwilliger, nur Gemeinnützigkeit anstrebender Menschenfreund ist, so steht zu erwarten, die Aerzte und Laien der Residenzstadt werden sich geneigt finden, diese Anstalt mit immer zahlreicherem Besuch zu beehren.

In der Stadt Wien selbst mehret sich nicht nur in auffallender Weise die Zahl derjenigen, welche die Bäder im Donaufluſſe besuchen, oder sich in das Haus führen lassen; man bemerkt es nicht nur auffallend, daß in den Gasthäusern die Nachfrage nach frischem Trinkwasser viel reger, als um geistige Getränke ist, sondern in den Behausungen selbst trifft man bereits allgemeine Vorkehrungen, sich die Wohlthat der verschiedenen äussern Wasseranwendungen zu verschaffen. Es ist nun keine Seltenheit mehr, Wannen zu Vollbädern, Gefäße zum Sitzbad zu finden; es ist nicht mehr unerhört, daß man täglich eine Kaltwaschung am ganzen Körper vornimmt und ansehnliche Flaschen von Kaltwasser leert; schon hilft man sich häufiger bei kleinen Unpäßlichkeiten statt mit den gangbaren Haus- und Apothekermitteln, lieber durch Kaltwasser, und viele Kranke äußern den Wunsch, oder dringen darauf, daß nicht Arzneigemische, sondern hauptsächlich Wasserkräfte ihnen beigebracht werden. So mancher verständige, auch das Wasser anerkennende Arzt bezeugt es mit Freude,

daß bei Anwendung desselben bei weiem nicht mehr von Seite der Kranken den Widerstand finde, auf den er sonst gestoßen, und rühmt den gesunden Menschenverstand des Volks. Bei der Wahl von Wohnungen ist es nun eine Hauptfrage, ob ein Brunn mit gutem frischen Wasser daselbst zu finden, und ob eine Localität dabei vorfindig, die sich zu einer Badkammer einrichten läßt. Sollte es nicht bald dahin kommen, daß jeder Besitzer eines Hauses oder eines Gartens trachten wird, seinen Wasservorrath zu einem Badteiche, zu einer Douche zu benützen? Mit leichter Mühe kann jede Hauspumpe dazu verwendet werden. Ein Beispiel sehen wir in dem Hause des Holzhändlers Herrn Schauenstein in der Rossau, welcher bereits eine solche Gartendouche besitzt und mittels derselben die im letzten Sommer begonnene Wassercur zu Hause fortsetzt. Ein anderes trafen wir im Pfarrhofe von St. Leopold, wo Herr Wiesinger, dessen Bruder die Gefahr eines nahen Todes im Jahre 1836 und 1837 zu Gräfenberg vollkommen beseitiget hat, in seinem sehr beschränkten Gärtchen ein Douchebehältniß sich geschaffen hat. Wie schon früher gesagt, ist eine dritte Douche in Morawez Sophienbad, eine vierte die des Herrn Kouff in Freibad. Douchen zu ärztlichem Gebrauche haben auch die Professoren der Wundarzneikunde und der Augenklinik Dr. Wattmann und Dr. Rosas im allgemeinen Krankenhause von Wien errichtet. Gewiß gibt es in und um Wien noch viele Personen, die nur uns noch nicht bekannt geworden, deren sinniger Ernst ein kleines Gräfenberg sich auf solche Weise herbeigezaubert hat.

Mit der freudigsten Ueberraschung entdeckten wir im kaiserlichen Lustgarten von Schönbrunn, ober dem der Kunstuhr des Lustschlosses gegenüber befindlichen großen Wasserbassin unmittelbar am Obelisk die Anlage eines sehr großen Teiches zu gemeinschaftlichen Vollbädern, der ohne Zweifel auch zu Douchen wird benützt werden, und erfuhren mit Bewunderung, ja zu unserer Beschämung, daß es die hoffnungsvollen Prinzen des Erzherzogs Franz Karl und der volksbeliebten Erzherzogin Sophie von Bayern sind, welche hier den gymnastischen Uebungen obliegen. Mit welcher Rührung, mit welchen Hoffnungen steht des Vaterlandes Freund vor solcher Wiege seines Fürstenhauses! Wie sehnt er sich, auch Zeuge zu seyn der andern Theile weiser Jugenderziehung! Wenn schon der Kinder, der Jünglinge Herz durch den zärtlichen Umgang mit liebenden Eltern alle Keime der Tugend wie Himmelsluft in sich aufnimmt; wenn ihr Geist durch die Wahrheiten einer Religion, die schon den Urahn, des Hauses Stifter, und den noch immer segnend gedachten, nächstvollendeten Wiederhersteller von Europa beglückte, und mit den Kenntnissen jeder nützlichen Wissenschaft zu dem erhabensten Berufe des Sterblichen, das Schicksal der Völker zu lenken, gebildet wird; wenn sie fern von den Verderbnissen der Ueberfeinerung, fern von den Genüssen weichlicher, pöbelhafter Luft, in dem kräftigsten der Elemente die jungen Glieder stählen, und in Uebungen, deren Vorstellung schon den feigen Weltmenschen mit Schauder erfüllt, zur männlichen Kraft erstarken: welch' seligen Ahnungen der Zukunft fühlt er

sich da hingegeben, daß er aller Welt es verkünden möchte

Das Heldenwort: Das wird ein Mann!
Denn er gedeiht und sproßt empor,
wie auf der Wies' ein schlankes Rohr,
und lebt und webt, der Gottheit voll,
an Kraft und Schönheit ein Apoll.

O schaut, wie er voll Majestät,
ein Gott daher auf Erden geht!
Er geht und steht voll Herrlichkeit,
und sieht um nichts, denn er — gebeut.

Er geht und steht in Herrlichkeit,
und sieht um nichts; denn er gebeut!
und dennoch schaut, wo er sich zeigt,
o schaut, wie alles ihm sich neigt!....

(Bürger's Männerkeuschheit.)

Wo in einem Herrscherhause solche Gesinnungen und Handlungen im stillen Familienkreise gepflegt werden, begreift man da nicht die Huldigungen, welche die Reisen eines Kaiserpaars zum Welttriumphzuge machen, wo liebende Nationen die Wohlthaten der Macht jauchzend empfangen, und stolze Völker der Ferne das Zauberwort der Liebe kennen lernen, welches eine kräftig und mild geleitete Monarchie zum Musterbild der Staaten macht?—

Außerhalb der Linien Wiens sind im Jahre 1838 vier Kaltbadanstalten errichtet worden, welche schon durch die bedeutenden Kosten, zu denen sich die Unternehmer dabei verstanden, deutlich an Tag legen, in welchem Umfang sich das Bedürfniß nach diesem einzig kräftigen Gesundheitsmittel bei dem Publicum melde. Der Wundarzt Joseph Schrankell eröffnete am 1. Juli seine Schwimmschule und Kaltbadan-

stalt zu Hitzing. Er kündigte sie als ein Unternehmen an, zu dem ein allgemein gehegter Wunsch und zahlreiche Aufforderungen ihn veranlaßten. Es überrascht durch seine Großartigkeit und durch die Eleganz der Einrichtung. In dem geräumigen, von Gebirgswasser gefüllten Bassin gibt ein eigener Meister Schwimmunterricht. Die zahlreichen Kabinete zu gesonderten Kaltbädern, die reinliche Wäsche und andere Bequemlichkeiten für Herren und Damen entsprechen jeder Erwartung. Nach Wunsch kann man hier kalte Fluß-, Wanne-, Douche-, Regen- und Staubbäder pflegen. Ungeachtet der ungünstigen Sommerzeit fehlte es doch an Besuchern nicht. Ohnehin ist Hitzing ein beliebter Ort zu Ausflügen der Wiener. Die dasigen Gasthäuser (zumal des glänzenden Dommeier) und die Nähe des kais. Lustparkes von Schönbrunn laden zur Benützung ein. Unstreitig werden die noblen Wiener die hohe Meinung, welche der Unternehmer durch diese Anstalt für ihren lebendigen Natursinn bezeugt, zu schätzen wissen. — Eine ganz in derselben Weise großartig und kostspielig ausgeführte Anstalt ist die des Hrn. J. Biringer, (bürg. Webermeisters und Hausinhabers von N. 341 in Gumpendorf) in Penzing, ein Ort, welcher gleichfalls durch seine Nähe und reizende Umgebung schon längst der Sommeraufenthalt vieler Familien der Stadt ist. Beide Anstalten bieten die mäßigsten Preise. In Grinzing hat Hr. Pfeiler einen Lusthof geschaffen, dem nur der zahlreichste Zuspruch gewünscht werden kann. Er überbietet an Umfang, Glanz und Mannigfaltigkeit die beiden ersten weit. Hier erhält man auch Warmbäder. Der prachtvolle

Saal würde auch in der Stadt eine ihrer ersten Zierden sein. Park und Traiterie zeichnen sich aus. Man kann ein Kaltbad nicht mit größeren Reizen umgeben. Endlich besteht seit einem Jahre auch in Nußdorf eine Kaltwasserheilanstalt unter Leitung des k. k. Stabsarztes Friedrich.

Um den Wassergebrauch in den Familien durch Erleichterung und Annehmlichkeit ganz heimisch zu machen, und insbesondere jedem ganz in der Nähe den Genuß verschiedener Arten des Fallbades zu verschaffen, führte das Bedürfniß sinnige Laien auf die Erfindung des Badschrankes. Der Controlleur Fr. A. Schneider in Berlin war der erste, welcher einen solchen sich verfertigen ließ, um damit sein hartnäckiges Augenübel zu behandeln. Da seine Maschine auch andern gefiel, so trat Hr. Walz in Leipzig mit ihm in Verbindung, und man erwarb sich 1826 ein Privilegium in Wien, später bei den Regierungen von ganz Deutschland. Walz brachte an Schneiders Erfindung mehre Besserungen an, wodurch sie allmählich in den verschiedensten Formen sich fast zu einem zierlichen Zimmermöbel gestaltete, und reiste, nachdem er ein Jahrlang in Wien verweilt, nach Paris, um seinen Handelsartikel auf das vortheilhafteste abzusetzen. Dr. Koreff nannte es ein Hydrokonion (Staubregenapparat). Es fand zahlreichen Absatz und Walz kehrte nach langem Aufenthalt, mit dem Erwerb zufrieden in die Heimath zurück. Seine Thätigkeit machte übrigens, daß er selbst für den Erfinder galt, und Schneider allmählich in gänzliche Vergessenheit sank. War das vorhin bekannte Staubregenbad dadurch beschwerlich, daß man es nicht in einem

allseitig geschlossenen Raume, sondern stehend oder auf einer Bank liegend gebrauchte: so befand sich der Röhrenapparat nun in einer Wanne, und bei seiner spiralförmigen Gestalt konnte der ganze Körper dem feinen Staubregen ausgesetzt werden. Ja Walz ließ eine Vorrichtung bereiten, die in einem mehr oder weniger verschließbaren Raum ein Staubregen-, Dampf-, Douche- und Sturzbad zugleich vorstellte, so daß man eine beliebige Flüssigkeit entweder in einer dieser Formen allein, oder in mehreren zugleich kalt und warm auf den ganzen Körper oder auf einzelne Theile einwirken lassen, und damit noch überdieß den Gebrauch von Klystiren und Einspritzungen auf die einfachste Art verbinden konnte. Dr. Gillet de Grandmont äußerte, daß diese Erfindung der Heilkunde eine neue Laufbahn eröffnen würde." Inzwischen kam die Sache in Deutschland in immer größere Aufnahme. Denn wie Dr. Mauthner (S. 342.) bemerkt, die nützlichste Erfindung bedarf anfangs, so lang sie, als neu, frühern Meinungen, Gewohnheiten und Interessen gegenübersteht, der Unterstützung einflußreicher Männer, um beim Publikum eingeführt zu werden; einmal von diesem als zweckmässig anerkannt, gehe sie nicht leicht mehr unter. Die kgl. preußische Regierung wurde unterm 16. Dezember 1830 vom Ministerium aufgefordert, zur weitern Verbreitung dieser heilsamen und nützlichen Erfindung mitzuwirken, und insbesondere auch das größere Publikum mittels des Amtsblattes auf diesen Badapparat aufmerksam zu machen. Der Minister v. Altenstein erließ unter demselben Datum an Schneider ein amtliches Schreiben mit den Worten:

„Auf Ihre Vorstellungen, aus deren schriftlichen Beilagen ich mich gern von der schon durch viele Erfahrungen bewährten Nützlichkeit des von Ihnen erfundenen Staubbad-Apparates überzeugt habe, benachrichtige ich Sie hiedurch, daß ich sämmtliche königl. Regierungen aufgefordert habe, zur Verbreitung dieser heilsamen Erfindung mitzuwirken, und insbesondere durch die Regierungs-Amtsblätter auch das größere Publikum auf selbige aufmerksam zu machen. Den königl. Provinzial-Schulcollegien hier in Berlin, in Magdeburg und in Breslau habe ich aufgegeben, für die Erziehungsanstalten, die Seminarien und Waisenhäuser ihrer resp. Bezirke, welche hiezu die erforderlichen Mittel haben, jenen Apparat anschaffen zu lassen. Ebenso habe ich die Regierungsbevollmächtigten derselben bei den Universitäten in Königsberg und Halle, und das Canzellariat der Universität in Greifswalde aufgefordert, die Direktoren der cliniſchen Anstalten daselbst auf den gedachten Apparat aufmerksam zu machen, und die Anschaffung desselben für diejenigen der erwähnten Anstalten zu veranlassen, deren Fonds diese Ausgabe verstatten.“

Es ist uns unbekannt, in welchem Verhältniß das Schneider-Walzische Privilegium auf die Badschränke mit einem andern steht, welches Herr Sartorius aus Mainz sich in Oesterreich erworben hat. Dieser verständige Mann, welcher selbst die Vortheile der Wasserliebe rühmt, die er am eigenen Leibe noch fortwährend erfährt, verbreitete die von ihm verfertigten, sehr bequem eingerichteten Badschränke seit einigen Jahren nicht nur in die ärztlichen Anstalten,

sondern auch in die Häuser der Privaten und in die Paläste der Reichen. Aber ein aufmerksamer Beobachter der Erscheinungen, machte er in der Erfindung die wesentliche Verbesserung, daß er die festen Badschränke in bewegliche Apparate verwandelte, indem er Vorrichtungen erdachte und lieferte, die nicht nur ein Fallbad und die aufsteigende Douche, das Tropf- und Regenbad, endlich ein allseitiges Bad, in welchem man sich vom Wasser wie von einer Atmosphäre umflossen sieht, mittels spiralförmiger oder Schlangenröhren, die sich nach des Badenden Willkühr fügen, herrichtete, sondern den ganzen Apparat auch so sinnig und ökonomisch formte, daß er auf Reisen bequem mitgenommen, in kleinen Stuben mittels einer Winde angebracht, in großen Zimmern als Prunkleuchter aufgehängt, ja selbst in Gemeinsälen unter einem verdeckenden Zelte gebraucht werden kann. Das herabfließende Wasser wird von einer Wand aus Wachstuch abgehalten, auf den Boden zu spritzen, und in einen Kasten, auf dem man steht oder sitzt, gesammelt, so daß der Fußboden gar nicht benäßt wird. Er nannte ihn ein Authyetolutron oder freihängende Badmaschine; denn das Wasserbehältniß, aus dem sich die Strahlen in das Röhrenwerk ergießen, kann auf jedem Nagel der Zimmerdecke, und will man diese nicht benützen, im Spitzwinkel eines Dreieckgestelles von bloßen Stangen frei angebracht werden. Sartorius, der Niederlagen in Wien (Dorotheergasse Nr. 1118), Pesth und Berlin hat, verkauft, da seine Maschinen von immer zahlreichern Aerzten empfohlen werden, Exemplare im Preis von 20 — 65 Gulden CMz., versen-

det sie nach allen Gegenden und vermiethet sie sogar mit billigen Bedingungen. In seiner lithographirten Bekanntmachung (die zugleich 15 Abbildungen enthält, und die nöthigen Gebrauchsregeln liefert) theilt er das schon in der Theaterzeitung 1835 Nr. 54. abgedruckte rühmliche Zeugniß des kundigen Hrn. Hugo Altgrafen zu Salm-Reifferscheidt mit, welcher dem Erfinder unter anderm brieflich schrieb: „Ihre Maschine verdient den Vorzug vor dem bekannten Walzischen Hydrokonion (eigentlich Schneider'schen Badschrank), dessen ich mich bisher bediente, und welchen ich nunmehr bei Seite legte. Ich werde dieselbe fortwährend gebrauchen und gedenke sie auch bei mir auf dem Lande einzuführen." Endlich erwähnt er, daß sein Authyetolutron als sehr zweckmäßig für die Feldlazarethe, Spitäler und wasserarmen Gegenden befunden, und im Klinikum der Pesther Universität, im Ofener Spital der barmherzigen Brüder, und selbst am Hofe der Palatin Erzherzogin Maria Dorothea mit bestem Erfolge angewendet wird. — In einem Privilegiumstreit mit Sartorius, dessen Arbeiter er früher gewesen, liegt Herr J. Tichtel (Favoritengasse Nr. 320 und Unterbräunergasse Nr. 1133), welcher im Jahre 1838 ebenfalls solche freihängende Badmaschinen mit spiralförmigen Reifen versehen verfertigte, und dem Publikum als einem „letzt wesentlich verbesserten" Apparat ankündigt. Nach Dr. Mauthner (S. 349) wurde von dem sel. Altgrafen von Salm — vielleicht ehe er Sartorius bewegliche Bäder in Erfahrung gebracht — auch der Tischlermeister in Wien, Herr Krupnik (Seilergasse Nr. 1099) aufgemuntert, Badschränke zu verfertigen, die uns jedoch nicht eine wesentliche

Verschiedenheit von den Schneider'schen auszuweisen scheinen, und immer an dem Mangel leiden, daß sie keine freie Bewegung des Körpers gestatten, auch der Gefahr des Anstoßens aussetzen. Alle diese Erfindungen sind geeignet, die Psychrolusie von Haus zu Haus fortzupflanzen, und was ehedem nur ein in seltenen Fällen angeordnetes ärztliches Verfahren war, zur allgemeinen täglichen, selbst Furchtsame anlockenden und zumal für Kinder belustigenden Gesundheitsübung zu machen. So sehr nun die Anschaffung eines solchen Apparates, welcher das sonst nur Schauder erregende Kaltbad zu einem Familienspiele macht, allseitig empfohlen zu werden verdient, so muß man doch zur Steuer der Wahrheit bemerken, daß sie für Gesunde, und für einige Arten der Kranken die kräftigere Einwirkung eines Vollbades oder einer Naturdouche entbehrlich zu machen, keineswegs im Stande sind.

Schlesien.

1. Die erste und vorzüglichste ist die von Gräfenberg selbst unter Priß nitz's Leitung, welche in mehr als einer Rücksicht den von Prof. Oertel ihr gegebenen Ehrennamen einer „Wasseruniversität" wirklich verdient. Sie ist nicht nur seit so vielen Jahren jenes allgemeine Krankenhaus, in welchem alle Zweige der Wassercur an zahlreichen Krankheitsfällen zur Anwendung kamen und sich zu immer größerer Vollkommenheit entwickelten; nicht nur jene Wasserklinik, wo zahlreiche Aerzte ihre hydriatischen Studien trieben; nicht nur jene Musterheilanstalt, nach der alle andern Anstalten dieser Art sich allmählig bildeten und einrichteten, und von

welcher man bei entstehenden Zweifeln die verläßlichste Belehrung einholen kann: sondern sie ist es auch, welche die schwierige Bahn brach, dieses neue Element der Heilkunst in die Wissenschaft und Schule einzuführen, welche den bedenklichen Proceß um ein berechtigtes Dasein in der gesetzlich abgeschlossenen Medicinalpolitik zum erwünschten Abschluß brachte und sich die Genehmigung der öffentlichen Behörden erwarb. Wie viel hiezu Gräfenbergs abgeschiedene Lage, Prißnitz's untadelhaftiger Charakter und stille Gemüthsart, selbst der Zeitpunkt des Entstehens in Betreff der politischen Verhältnisse und der so eben herrschenden Krankheiten beitrug, läßt sich leicht ermessen. Man darf auch hier mit dem römischen Dichter sagen: crescit occulto velut arbor aevo. Denn seinen kräftigen Lebenskeim unbemerkt entwickelnd, erstarkte es unter mancherlei Stürmen, die seine Jugend bedrohten, zu einer Männlichkeit, die sich nicht mehr aus seinem gewonnenen Standpunkt vertreiben läßt, wie ein Baum, welcher tiefwurzelnd, seine schattigen Arme weithin verbreitet. Es gereicht dieser ersten Mutteranstalt zur Auszeichnung, daß sie ihre europäische Berühmtheit in einem so wohlgeordneten Staate wie Oesterreich erlangte, dessen Gesetzgebung jedem Stand und Berufszweige seine bestimmten Grenzen anweiset, dessen Verwaltung die ausschließenden Rechte und Befugnisse mit nachdrücklicher Strenge aufrecht hält. Es handelte sich um nichts geringeres, als darum, die Unternehmung eines Laien, welche einerseits der legitimen Praxis einer gelehrten Facultät wetteifernd sich zur Seite stellte, andererseits die bürgerlich gesicherten Erwerbsquellen

des Apothekerstandes sichtbar beschränkte, ohne die willkührliche Auskunft eines Ausnahmsgesetzes, von ihrem „abnormen" Charakter zu befreien, und mit der bestehenden Medicinalverfassung „in die Regel zu bringen." Die weise milde Staatsverwaltung gönnte der neuen Erscheinung Zeit zur Entwicklung, und bewies durch diese Duldung, so wie durch die endlich erfolgten Verfügungen ihre Sorgfalt für die körperliche Gesundheit der Bürger, ihre Achtung vor der entschiedenen Stimme des Volks und ihr Interesse an den Fortschritten der Wissenschaft.

2. Seit einigen Jahren erhob sich in Gräfenbergs unmittelbarer Nähe, in einer Vorstadt Freiwaldau's am Bielafluße die Kaltbadanstalt des Thierarztes J. Weiß, zum Theil aus einer Art Nothwendigkeit, da einerseits die Gräfenberger Anstalt manche Bequemlichkeit schmerzhaft vermissen ließ, andererseits Prißnitz selbst nicht nur keinen Raum zur Unterbringung der vielen Ankömmlinge hatte, sondern auch manche Classe von Patienten, als für seine Cur oder auch nur für seine überhäuften Geschäfte nicht geeignet, geradezu abwies, und sie demnach nöthigte, bei Hrn. Weiß, welcher Aufnahme bot, Zuflucht zu nehmen.

Wie günstig dieser Anstalt schon die Lage unmittelbar an dem Städtchen ist, erhellt daraus, daß selbst die vermöglicheren Gäste von Gräfenberg daselbst, besonders in den rauhen Jahreszeiten ihren Wohnsitz aufschlagen, ohne des sie hier täglich besuchenden Prißnitz Pflege zu entbehren. Minder vortheilhaft ist für sie nur der Umstand, daß sie hier nicht wie am Berge sich lebendiger Vollbäder mit

zu- und abfließendem Wasser, sondern bloßer Wannebäder bedienen können. Dagegen hat Hr. Weiß die fließenden Sitzbäder in der Biela für sich, deren Wellenschlag eine Art elektrischer Wirkung auf den Körper hervorbringt. Der Unternehmer bietet seinen Kranken in den eleganten Wohngebäuden eine mit allen Bequemlichkeiten zierlich ausgestattete Reihe von Zimmern dar, und seine medicinischen Kenntnisse flößen für ihn als Homöopathen Zutrauen ein. Im Juli 1838 hatte er an 179 Gäste, worunter 14 Aerzte, (60 andere gehörten Prißnitz zu.) Wie bedeutend die von ihm bewirkten Heilungen sind, bezeugen die Krankheitsgeschichten, welche er selbst theils in dem von ihm verfaßten Wasserbuche, theils in der Wasserzeitung mitgetheilt hat. Die Heilmethode ist, soviel man auch von abweichenden Eigenthümlichkeiten sagen mag, im wesentlichen ganz dieselbe, die er jahrelang an seinem berühmten Nachbar beobachtete, dem allein er es auch verdankt, daß seine Anstalt sich gleichfalls der Genehmigung und des Schutzes der Behörden erfreut. Mit Recht legte Prof. Oertel dieser Anstalt den Ehrennamen eines „Wasserlyceums" bei. Beim Entstehen derselben bestand wohl mancherlei Spannung zwischen ihr und der „Wasseruniversität," doch die Erfahrung mochte die erlauchten Vorstände beider belehret haben, es sei nicht nur anständiger, sondern auch ersprießlicher, sich in Frieden zu vertragen, und so wünschen wir dann das Gedeihen beider von Herzen, wie denn auch die Massen der Zuströmenden beweisen, daß die Wassercur noch eine viel beträchtlichere Zahl von Anstalten aufrecht zu erhalten vermag.

3. Karlsbrunn, zwischen Freiwaldau und Jägerndorf, in Verbindung mit seinem Mineralbade und seiner Molkencur, unter Leitung des Dr. Malik. 1836.

4. Weidenau bei Neisse. Dr. Frölich.

Nieder-Oesterreich.

5. Damit Schlesien nicht die einzige Gegend des österreichischen Kaiserstaates sei, welche der von Prißnitz eingeführten Heilart sich erfreut, so trat vor ein paar Jahren auch Kaltenleutgeben, in nicht mehr als zweistündiger Entfernung von Wien, durch den dortigen Wundarzt J. Emmel mit lobenswerther Nacheiferung in die Schranken. Das südlich von Wien in reizendster Abwechslung sich erhebende Kahlengebirge, dessen Ortschaften von jeher den Bewohnern der Residenzstadt zum Sommeraufenthalte dienen, war gewiß die günstigste Lage für eine Kaltbadanstalt. Hr. Emmel besitzt im Dorfe am Fuß der mit Wiesen und Wald bekleideten Anhöhe ein von ihm kürzlich selbst erbautes geräumiges Haus mit stattlichem Speisesaal und 10 schönen Gastzimmern; nicht weit davon, unmittelbar an der frischesten Quelle, 6½° R., 2 Badhäuser für 20 Gäste, dabei lebendige Vollbäder und 2 kräftige Naturdouchen. Er selbst ein stillbescheidener, gefälliger Mann, als Arzt beliebt, fortfahrend seine Anstalt durch neue Einrichtungen zu erweitern und zu vervollkommnen, und bedacht, seine Curen geräuschlos und mit Umsicht zu leiten, verdient das Vertrauen des Publikums in noch weit höherem Maße, als er es wirklich schon genießt. Seine Frau ist unermüdet in Versorgung ihrer Gäste; Tisch und Bedienung sind sorgfältig und billig bestellt. Ein Stellwagen erleichtert den täglichen Verkehr mit der

Stadt und der Umgebung. Die Stadtärzte senden oft ihre Kranken ihm zu. Die ganze Verpflegung kostet wochentlich gegen 9 fl. C.M.; die ärztliche Belohnung ist der Billigkeit freigestellt. Emmel begann 1836 mit 10 Curgästen, deren Zahl 1837 sich schnell auf 60 erhob, aber 1838, wo das nahe Laab entstand, wieder auf 40 zurücksank, in den folgenden Jahren sich aber wieder vergrößerte und 1841 über 70 stieg. Da die Ortsbewohner sich ebenfalls Zimmer zur Aufnahme von Fremden einrichteten, und so eben der Aufbau neuer Häuser statt findet, so könnte daselbst eine viel größere Anzahl von Ankömmlingen aufgenommen werden. Unter diesen Lokalitäten thut sich besonders das Landhaus des Hrn. Weiß hervor, welches ganz zur Wasseranstalt eingerichtet ist und von Hrn. Emmel besucht wird; es hat Gartenanlagen, fließende Vollbäder und Kunstdouchen.

Es haben bereits viele in ihrem bedeutenden Leiden Hülfe zu Kaltenleutgeben gefunden, doch muß es befremden, daß nicht eine viel größere Anzahl der Kranken aus der volkreichen Stadt dahinströmt, da dieser Ort alles besitzt, was einladend ist. Unstreitig tragen die noch bestehenden Vorurtheile gegen die Wassercur eine wesentliche Schuld, und man läßt sich lieber alle Nachtheile des Gewohnten gefallen, als daß man Vertrauen faßte zu dem bessern Neuen. Schwierigere Kranke richten ihr Augenmerk lieber nach Gräfenberg, obschon die Beschwerden der Reise und der Unterkunft sie bedrohen. Andere setzen eingebildete Zweifel in die Kenntnisse Emmels, weil es nicht in seiner Art liegt, mit kecken Reden, strengen Anordnungen und imponirenden Geberden sich ein künst-

liches Ansehen zu geben; sie erwägen nicht, daß wenn schon der Laie in den meisten Fällen bei der Wassercur das Richtige trifft, noch viel mehr ein Arzt, zumal wenn er ein forschender ist, und das Studium dieser Heilart sich zur Lebensaufgabe macht, im Stande sein werde, zweckmäßig zu verfahren. Freilich kann bei veralteten Uebeln der Erfolg nicht jedesmal ein augenblicklicher sein, auch erfordert diese Cur nicht des Arztes ununterbrochene Gegenwart, nicht umständliche Vorschriften und wortreiche Mittheilungen, wie so häufig sie am Krankenbett vorkommen; fleißige Befolgung des einmal Angeordneten, Geduld und Vertrauen führen langsam doch gewiß zum Ziel, wenn die Zustände auch noch so schmerzhaft sind; am Nachtheiligsten ist aber das Besprechen mit Menschen, die gern alles tadeln, überall schwarz sehen, alles verdächtigen, und so unwissend sie in der Sache selbst sind, keck absprechen und die Gebilde ihrer Phantasie als kluge Maßregeln darbieten. Solches Geschwätze macht auch das Verfahren der erfahrensten Aerzte unwirksam, hemmt den Einfluß der kenntnißreichsten Behandlung und bringt im Gemüthe der Kranken, die ohnehin so leicht einzuschüchtern sind, ein Schwanken, in ganzen Anstalten eine Unsicherheit hervor, welche auch die zweckmäßigsten Einrichtungen vereitelt. Eben so nachtheilig ist Wankelmuth und Unstätigkeit; da will mancher die zur Heilung nöthige Frist nicht abwarten, die ihr vorhergehenden Krisen machen ihn ängstlich, vor der Zeit verläßt er die Anstalt, sein Uebel kehrt zurück, und was er selbst gefehlt, bürdet er der Wassercur, dem Arzte auf und verwünschet beide. Dieselbe Erscheinung zeigt sich

ja oft auch im täglichen Leben, wenn jemand von jahrelangem Uebel geplagt oder auch nur mit augenblicklicher Unpäßlichkeit behaftet, die nicht den gewöhnlichen Arzneimitteln weichen, sich entschließt, das so hoch gerühmte Kaltwasser anzuwenden, aber abgeschreckt durch dessen Einwirkungen, oder durch thörichtes Verhalten dessen Enderfolge vereitelnd, Anlaß zu Schmähung und Verwerfung gibt, zu der Klage, mit dem Wasser sei es nichts, oder mit einem andern als dem hohen Meister auf Gräfenberg selbst, dürfe man sich nicht einlassen, es sei doch am sichersten, bei der jahrtausend alten Apotheke zu bleiben.

Indem wir nur noch bemerken, daß auch Kaltenleutgeben, so wie andere ordentliche Wasseranstalten sich der Genehmigung der menschenfreundlichen Behörden erfreue, und der Kreisphysikus angewiesen ist, regelmäßige Berichte über die dortigen Zustände abzustatten, wollen wir nur drei der merkwürdigern Krankheitsgeschichten mittheilen, welche die Tüchtigkeit Emmels als Wasserarztes außer Zweifel setzen.

1. Ein Gelehrter von 31 Jahren, der gesunde Eltern hatte und als Kind geimpft, nach geraumer Zeit Anschwellungen der Halsdrüsen, Augenentzündung, großen Bauch und aufbrechenden Kopf bekam, auch sonst mancherlei Kinderkrankheiten glücklich überstand, wurde im 21. Jahr von natürlichen Blattern befallen, die bald zurücktretend doch keine Nachtheile hinterließen. Dagegen zeigte sich kurz darauf an der Stirn und am Kopfe, wie auch an den innern Flächen der Oberschenkel eine trockene Flechte, die, obschon durch mehrlei ärztliche Mittel auf kurze Zeit zum Weichen gebracht, doch an denselben Stellen

immer wieder zum Vorschein kam, bis sie ohne Gebrauch von Arzneien von selbst abheilte. Da stellte sich alle zwei Tage ein Wechselfieber ein, das nach halbjähriger Behandlung mit Chinin zwar beseitigt wurde, aber nur um der Stirnflechte den Platz zu räumen, deren Umfang nun bis an die Augenbrauen, Nasenwurzeln und Schläfen reichte. Trotz Sublimat und Grünspan hartnäckig beharrend, verlor sie endlich sich ohne allen Arzneigebrauch. Nur in der Urinblase stellten sich jetzt Schmerzen ein mit trübem schleimigen Abgang und Krämpfen. Im März 1836 wurde diese Beschwerde nach einer bedeutenden Erkühlung und genossenen hitzigen Getränken heftig und von starken Stuhlgängen begleitet. Der Arzt erklärte das Uebel für hämorrhoidal und behandelte es antiphlogistisch. Da die Schmerzen nicht nachließen, erhielt der Kranke Früh und Abends ein Halbgran Opium pro dosi, und dieses linderte sie wenigstens; aber die Gabe mußte von Zeit zu Zeit so vergrößert werden, daß sie auf tägliche 6 Gran stieg. Amtsverhältnisse führten den Leidenden nach Tyrol, wo das fleißige Trinken des trefflichsten Bergquellwassers seinen Zustand bedeutend besserte. Aber schon im folgenden Jahre wurde er nach Wien versetzt, und da stellten sich auf der Reise die frühern Uebel ein, Blasebeschwerden mit Blut- und Schleimgemischter Absonderung und heftige Krämpfe. Nun flüchtete er zur Homöopathie, aber schon nach 6 Monaten wieder, da er ganz abmagerte, zur Allopathie, in Folge deren ihm Blutegel an die Schamtheile gesetzt, verschiedene Einreibungen gemacht und schleimige Mittel eingegeben wurden. Obschon auf die Blutegel eine

Milderung statt fand, so mußte ihm doch Merkur und Opium in immer steigender Menge gegeben werden; allein keine entschiedene Besserung erfolgte, er konnte das Bett nicht mehr verlassen und hoffnungslos schien seine Lage. — Jetzt entschloß er sich, in Kaltenleutgeben die Wassercur zu gebrauchen. Er erschien daselbst im Sommer 1838 in sehr kläglicher Gestalt, mit am Vorderkopf ausgefallenem Haar, blassem Gesicht, trüben eingefallenen matten Augen, deren Pupille erweitert war, geschwollenen, leicht, aber schmerzhaft blutendem Zahnfleisch, häufiger Speichelsonderung, weißbelegter Zunge, aufgetriebenen Bauch und Stuhlverstopfung. Der Speichel hatte starken Geruch, auch der Urin, der alle 2 Minuten, mit Blut und zähem Schleim vermengt, und mit Blasekrämpfen floß. Die Haut war weiß, welk, oft trocken, die Muskeln nicht sichtbar. Seit dem Opiumgebrauch zuckte ruckweise der ganze Körper, das Gemüth war traurig; große Schwäche, schlaflose Nächte; die Blasenkrämpfe kamen in 24 Stunden 8 bis 10mal und dauerten von einer halben bis eine Stunde. An Besserung verzweifelnd, weinte der junge Mann und mied jede Gesellschaft. — Bei so herabgekommenen Kräften mußte die Wassercur mit großer Vorsicht geleitet werden. Nach Beseitigung aller Arzneien ward ihm das fleißigste Wassertrinken empfohlen. Erst am 4ten Tage kam es zu einer lauen Abwaschung, der am 11ten Tage zweimal des Tags die mit ganz kaltem Wasser folgte. Die Anfälle der Blasenkrämpfe wurden kürzer. In der dritten Woche erhielt er ein viertelstündiges Sitzbad, das aber, da die Krämpfe heftiger wurden, unterbleiben mußte.

Nach einiger Zeit nahm man es wieder vor, es bis zu einer Stunde verlängernd, um zu erfahren, in welchem Verhältniß es zu der Verschlimmerung stehe. Wirklich waren es die Sitzbäder, welche die Krämpfe aufregten und verstärkten; als sie mit halbstündigen Knöchelfußbädern umgetauscht wurden, minderten sich wieder die Anfälle. Um die schon früher zurückgetretene Flechte an irgend einer Stelle zum nochmaligen Vorschein zu bringen, wurde der Kranke zum Schwitzen in Decken gewickelt, und darauf ins Vollbad auf 5 Minuten gebracht, und darin fleißig abgerieben. Da zeigte sich an der Stirn ein blatterartiger Ausschlag, die früher von der Flechte ergriffenen Stellen rötheten sich, die Haut schuppte sich an der Stirn und den innern Obernschenkeln kleienartig ab, der Schweiß roch stark. Auf diese Behandlung erholten sich die Kräfte des Kranken so bedeutend, daß er schon Spaziergänge im Freien unternehmen konnte; er wurde also zur Douche gewiesen, die er täglich, anfangs 5 Minuten lang, allmählich bis 20 Minuten brauchte, mit besonderer Anwendung auf den Rücken und die Kreuzgegend. Diese wirkte auffallend wohlthätig; es kamen häufige schleimig-blutige Stuhlentleerungen, oft durch 8—10 Tage, und die Zufälle der Urinblase verminderten sich. Während dieser Zeit trat auch mehrmals ein frieselartiger Ausschlag, jedesmal von Fieber begleitet hervor, es zeigte sich wieder ein Speichelfluß, der Urin setzte vielen Schleim ab. Unter solchem Wechsel der Erscheinungen und beharrlichen Gebrauch des Kaltwassers erholte sich der Kranke in der Art, daß sein Gemüth heiterer wurde, das Auge sich reinigte, das

Gesicht sich füllte, der Appetit zunahm, das Zahnfleisch gesundete, der Bauch einfiel, die Krämpfe gänzlich ausblieben, der Schlaf gut, die Haut feuchter, die Muskeln voller wurden. Die Stuhlentleerungen hatten geregelten Gang, nur der Urin ging noch öfter und in kleinen Portionen ab. Dieses war der Erfolg einer durch 2 Monate und 14 Tage angewendeten Wassercur. Doch jetzt bestimmte den Geschäftsmann sein Eifer, in den zu lang verlassenen Berufskreis wieder einzutreten, dessen Anstrengungen er jedoch noch nicht gewachsen war. Obschon den Rückkehrenden die Freunde wegen des unverhofft günstigen Erfolgs, wovon sein Aussehen zeugte, lebhaft beglückwünschten und er ein paar Monate lang seinem Amte wieder thätig oblag, sank der Körper doch wieder in so mißliche Umstände zurück, daß seine Vorsteher ihm einen Jahresurlaub bewilligten, welchen er zur Fortsetzung und Vollendung der Wassercur zu benützen gesonnen ist. *)

2. Eine 23jährige Jungfrau von St. Pölten, deren Vater in seinen zwanziger Jahren an heftigem Kopfschmerz gelitten, die Mutter aber früh an der Wassersucht gestorben war, überstand die gewöhnlichen Pocken und Flecken glücklich, bekam aber im zwölften Jahr eine heftige Gelbsucht, die nach 14tägigem Krankenlager große Schwäche zurückließ. Im 16ten Jahre empfand sie große Schmerzen in der

*) Leider erfahren wir so eben, daß dieser junge Mann schon am 10. Jäner 1839 seinem Leiden unterlegen sei. Er hatte die Anstalt zu früh verlassen; sein Bruder versicherte, ohne Kaltenleutgeben hätte er viel früher sterben müssen.

rechten, anschwellenden Brust, die sie verheimlichte, bis sie wie Stein verhärtet, zu ärztlicher Berathung nöthigte. Warmfeuchte Haarlinsen-Umschläge brachten sie zum Zeitigen, daß sie in eilf Löcher aufbrach und ein Eiter mit Blutgemeng ausschied. Obschon allerlei Pflaster und Salben angewendet wurden, kamen die Oeffnungen doch zu keiner Heilung; da die Verhärtungen zunahmen, schlug man die Amputation vor, der sie jedoch sich nicht unterzog. Günstige Verhältnisse schlossen endlich diese Aufbrüche, nur kleine Verhärtungen blieben zurück. Im 16ten Jahre erschienen die Regeln mit Krämpfen im Unterleibe. In Folge anstrengender Arbeit, häufiger Erkühlungen, heftiger Gemüthsbewegungen entstand ein halbseitiger Kopfschmerz um Stirn und Auge, der anfangs erträglich, doch oft mehre Tage anhaltend war und der Vollblütigkeit zugeschrieben wurde. Dieß geschah in ihrem 17ten Jahre; er kam regelmäßig alle vierzehn Tage, dabei war Schwindel, Augentrübe, gelbes Gesicht, — des Körpers ganze Oberfläche färbte sich gelb — Neigung zum Erbrechen, Gemüthsverstimmung. Nach dem ersten Aderlaß überfiel sie ein fester Schlaf, aus dem erwacht sie nach genommener Suppe in tiefe Ohnmacht sank und darauf mehre Tage sehr schwach blieb. Von dieser Zeit an verließ der Kopfschmerz sie den ganzen Sommer und sie fühlte sich ganz wohl. Aber den nächsten Winter kam der Kopfschmerz wieder mit Uebelichkeiten und Erbrechen, daß sie zu Bette mußte. Lange darauf wenig achtend, empfand sie ihn doch allmählig heftiger, alle 14 bis 20 Tage ziemlich sicher kehrend; er hielt trotz angewendeter Haus- und ärzt-

licher Mittel pünktlich 24 Stunden an, wo er wieder von selbst verschwand, zwar bedeutende Schwäche zurückließ, aber dem Wohlbefinden wich. Im folgenden Frühjahr erneuerte er sich, es kam zum zweiten Aderlaß, aber der Schmerz blieb sich gleich, obschon Fußbäder, Senfteige, Krenumschläge, im Sommer zuweilen ein kaltes Flußbad genommen wurden. Geschickte Aerzte bemühten sich auf vielerlei Art; dem Rücken wurden Schröpfköpfe aufgesetzt, an beiden Händen und Füßen Aderlässe wiederholt, Blutegel angelegt, ein Fontanell am linken Arm durch zwei Monate getragen, Blasenpflaster verordnet, doch Alles ohne Erfolg. Die sehr kalten Füße wickelte sie Nachts in Wachstaft, dann in Nuß- und Eichenlaub; Kälte und Schmerz blieben beim alten. Sie reiste nach Baden, das Schwefelbad zu brauchen und empfand wirklich Linderung; doch kehrte nach der Ankunft zu Hause das Uebel nur schlimmer wieder. Durch 24 Stunden lag sie im wüthendsten Schmerz betäubt, ohne mehr als abwechselnd leise schlummern zu können. Was sie genieſſen mochte, Wasser, Thee u. a. gab sie mit schrecklichem Erbrechen wieder von sich, ja auch bei gänzlich gemiedener Nahrung fühlte sie bei dem leisesten Gefühl des Anfalls und während dessen ganzer Dauer heftigen Reiz zum Erbrechen. Der so geschwächte Körper machte sie zur kleinsten häuslichen Verrichtung unfähig, sie magerte ab, und die Aerzte, sie aufgebend, überließen sie trostlos ihrem Schmerz, weisend auf die alleinige Hilfe der Zeit. — Nach 5jährigem Leiden wollte die Kranke, obgleich zagenden Herzens, doch noch die Wassercur versuchen, und sie begab sich im Juni 1838 nach Kal-

tenleutgeben. Das Trinken täglicher 30 Gläser war die erste ihr auferlegte Vorschrift. Nachdem sie bereits am zweiten Tage eine zweimalige laue Abwaschung genommen, und darauf wohl abgerieben und schnell angekleidet sich Bewegung gemacht, am dritten Tage dasselbe mit kühlerem Wasser geschehen, ward sie am vierten zum Schwitzen in Decken gepackt; nach zwei Stunden brach ein reichlicher, sauer riechender Schweiß hervor, der anderthalb Stunden lang bei geöffnetem Fenster unterhalten wurde — von einer zur andern Viertelstunde erhielt sie ein Glas zum Trinken; — nachdem sie darauf sich Kopf und Brust gewaschen, stieg sie in das Vollbad von 6½° R., verweilte aber nur etwa 1 Minute darin, da sie Wadenkrämpfe befielen, die aber durch Frottiren entfernt wurden. Nachmittags ging sie unter die Douche, dessen Strahl sie fünf Minuten lang über den Rücken herabspielen ließ; Abends kam ein halbstündiges Sitzbad hinzu; doch Vormittag und Abends nahm sie noch ein Kopfbad von einer Stunde. Ihre Kost war kühl und sparsam, die Bewegung im Freien ergänzte die Behandlung. Nach achttägiger Fortsetzung dieses Verfahrens erlitt sie wieder den früher so oft gehabten Anfall durch 24 Stunden, während dessen die kältesten Umschläge auf den leidenden Theil gelegt, die Ober- und Unterglieder stark gerieben, täglich zwei stundenlange Sitzbäder, abwechselnd mit eben so langen Fußbädern und eben so vielen Kopfbädern von anderthalb Stunden genommen wurden. Das Schwitzen und nach dem Vollbade das Abreiben behielt man bei. Nach sechszehn Tagen erfolgte der zweite Anfall; das Wasser zu den Kopfumschlägen wurde mit Eis noch mehr

abgekühlt, an die Stelle des Deckenschweißes traten abwechselnd Einwicklungen in nasse Leintücher. Als in der Folge die rechte Brust wieder anschwoll und schmerzhafte Verhärtungen ihrer Drüsen eintraten, belegte sie auch diese mit kalten Umschlägen. Es stellten sich Fieberzustände und Friesel ein, die erst nach 24stündiger Behandlung wichen. Zu den Eisumschlägen des Kopfs kamen auch Fußbäder mit Eis. Doch war zwei Monate lang keine Besserung zu verspüren. Nun wurde das Schwitzen ganz aufgegeben; an die Stelle der Sitz- traten Halbbäder von 1 — 1½ Stunden; das tägliche Vollbad von fünf Minuten Vor- und Nachmittag, die zweimalige Douche von 15 — 20 Minuten, die Kopfbäder und Umschläge wurden beibehalten, und während eines Anfalls das Einwickeln in die nassen Leintücher. So geschah es, daß die Schmerzen allmählich schwanden, die Anfälle kürzer wurden, die Brustdrüsen sich zertheilten, das Erbrechen gänzlich aufhörte. Die Genesende reiste im Oktober heim, und wie sie selbst berichtet, so ist sie mit ihrem Zustande, der sich erhält, sehr zufrieden; sie fährt fort, eine tägliche Abwaschung aus der Bettwärme weg in der Wanne vorzunehmen, während welcher sie mittels eigener Vorrichtung einen Wasserstrahl auf den Rücken fallen läßt, auch Sitz- und Fußbäder zu brauchen; sie geht mit nassem Kopfumschlag zu Bette, und erneuert ihn, wenn sie Nachts erwacht. Besonders fleißig trinkt sie, zumal nüchtern des Morgens, und verrichtet dabei ohne Beschwerde die häuslichen Geschäfte. Da sie nun sogar Braut geworden, so äußert sie ihre Freude und Dankbarkeit um so lebhafter, Mittel ge-

funden zu haben, die quälendste Migräne mit allen schmerzhaften Zuthaten derselben bald auf immer zu verlieren.

Der Bräutigam dieses Mädchens, den es erst in der Anstalt kennen gelernt, ist ein junger Mann von 27 Jahren, dessen Mutter schon in ihrem 26ten Jahre an Abzehrung gestorben, und der nach wirksamer Impfung und später überstandener Gehirnentzündung die natürlichen Blattern ohne Nachtheil besiegte. In seinem 15ten Jahre schwoll ihm ohne äußere Veranlassung der rechte Fuß an; die Geschwulst verbreitete sich allmählig über beide Knöchel mit heftigem, stumpfem Schmerz; aufgelegte sehr warme Haarlinsen und Einreibungen bewirkten am innern Knöchel eine Eiterung, die sich mit üblem Geruch von selbst entleerte und deren Oeffnung bald zuheilte. Zwölf Jahre darauf, im August 1837, bekam er ein rheumatisches Fieber, das zwar ärztlich beseitigt wurde, aber worauf jener Fuß schmerzhaft an der Stelle des frühern Abscesses anschwoll, eiterte, und sich in Folge warmer Umschläge sehr übelriechend entleerte. Die Oeffnung konnte nun zu keiner Heilung gebracht werden; es bildeten sich am äußern Knöchel Abscesse mit fließendem Eiter. Obschon bald die Allo-, bald die Homöopathie an ihm Versuche machte, verschlimmerte sein Zustand sich doch so sehr, daß er Monate lang das Bett nicht verließ; erst im Februar 1839 konnte er wieder mit Krücken und Stock im Zimmer auf- und abgehen. Im Mai nahmen die Schmerzen wieder zu und es lösten sich kleine Knochenstücke ab, die nun leicht herausgenommen werden konnten. So kam er zu dem Entschluß der Wassercur und er er-

schien im Juli zu Kaltenleutgeben mit blassem, eingefallenen Gesicht, ohne Appetit, mit Brustschmerzen und Husten, abgemagert und höchst beschwerlichem Gang. Die Untersuchung zeigte den rechten Fuß schmerzhaft geschwollen, geröthet, glänzend, mit fistulösem Geschwüre an beiden Knöcheln, das eine graulichte Jauche absonderte. — Die Cur begann mit kalten Umschlägen auf den leidenden Theil, worauf die vorbereitende Abwaschung mit 14° R., und schon am dritten Tage das Schwitzen und Vollbad folgte; dazu kam die Douche von 20 Minuten und Abends das Fußbad von einer Stunde. Er wurde noch zum Eifer im Trinken und so gut es der Zustand erlaubte, zur Bewegung im Freien angehalten. In der ersten Woche verschlimmerten sich die Zufälle, nach der zweiten lösten sich wurmstichige Knochentheile ab, doch fühlte der Kranke jedesmal Erleichterung darauf. Allmählig heilten die Oeffnungen zu, es minderten sich die Anschwellungen, um die sich zuweilen ein frieselartiger Ausschlag gezeigt hatte, die Gelenke wurden knorpelicher, die Schmerzen wichen, die Kräfte nahmen zu, so daß er stundenlange Gänge zu machen vermochte. Nach drei Monaten war dieser Beinfraß so weit beseitigt, daß der Genesene zu seinem Geschäfte heimkehren konnte, wo er fortfährt, durch fleißigen Wassergebrauch auch die letzten Spuren seines Uebels zu vertilgen. Dieses liebende Paar wird in Hymens Heiligthume wetteifern, dem so wohlthätigen Wassergenius die so heilsamen Opfer seiner Dankbarkeit und Verehrung mit schuldiger Treue zu widmen!

6. In kaum stundeweiter Entfernung von Kal-

tenleutgeben errichtete Dr. Granichstädten, der Verfasser der „Hydriasiologie," zu Laab, oberhalb des Dorfes auf einem eigens angekauften, zum Park umgestalteten, von Bergwald umgrenzten Landsitze im Jahre 1838 eine Anstalt, welche dem Geschmack der Wiener im weitesten Maßstabe entsprechen zu wollen scheint. Die Umgegend ringt mit der von Emmels Niederlassung um den Vorzug. Schon seit Jahren bringen besondere Stellwagen die Ausflugslustigen nach den reizenden Orten von Rodaun, Kalksburg, Mauer, Rothenstadel und Grünbaum, von da nach dem romantischen Breitenfurt, Hl. Kreuz, Sulz, Sparbach und andere beliebte Ortschaften; jetzt ist auch eine tägliche Fahrt nach Laab eingerichtet. Obschon es an frischem Wasser hier nicht mangelt, so fehlt doch eine Quelle von dem Reichthum jener in Emmels Anstalt, die eine oder mehre Naturdouchen, immerfort strömend, zu speisen vermöchte. Die stattlichen Gebäude bieten an 80 bequem und schön eingerichtete Zimmer, in deren Nähe vier lebendige Vollbäder, so wie der nahe Park eine Natur- und eine Kunstdouche mit Vorrichtungen zum Staubregenbad enthält. Der energische Unternehmer, welcher als Armenbezirksarzt eigentlich in der Stadt wohnt, doch täglich zur Visite seiner Curgäste hinausfährt, und mehrmals die Woche auch in der Anstalt übernachtet, hat weder Kosten noch Mühe gespart, allen Ansprüchen auf pünktliche Ordnung, Reinlichkeit, Bequemlichkeit und Unterhaltung zu genügen. Ein schöner Speisesaal liefert gesunde, billige Kost, Zeitungen, Fortepiano und Raum zu Vergnügungen bei Musik. Der Park hat anmuthige Spaziergänge, und

die Aussicht von der Anhöhe wie von den Zimmern selbst ist eine der reizendsten, die es geben mag. Ein Vollbad besitzt die Maschine zum Herablassen Gelähmter in dasselbe; eine von dem Eigenthümer selbst erfundene Vorrichtung zum Kopfbad macht diesen Theil der Cur annehmlicher, als es der gewöhnliche Fall ist. Die Kosten für die ganze Verpflegung belaufen sich in der Woche, die freigestellte Belohnung für den Arzt ungerechnet, auf 12—13 fl. C.M. Die Anstalt selbst, von der staubenden und geräuschigen Fahrstraße abgelegen, auch mit den Ortsbewohnern in keiner unmittelbaren Verbindung, versetzt in die zweckmäßigste Natureinsamkeit, unterstützt so wirksamer den ununterbrochenen Fortgang der Gesundheitspflege. In der verflossenen Badezeit war Laab ziemlich besucht, an 40 Curgäste, zum Theil aus höhern Classen, befanden sich daselbst. Da aber Dr. Granichstädtens Weise zu erbetenen Mittheilungen wenig geeignet ist, so lassen sich hier keine näheren Angaben machen; ohnehin wird er nicht ermangeln, selbst ehestens einen genauen Bericht über die Ergebnisse seiner Wassercuren zu erstatten.

Oberösterreich.

7. Micheldorf im Traunkreise 1839. Dr. Pflichtenheld.

Böhmen.

8. Das königliche Prag mit seinen für alles Gemeinnützige und Edle empfänglichen, geistvollen Bewohnern, mit seinen reizenden Umgebungen und mannigfaltigen Badanstalten, verdiente in der Was-

ferheilgeſchichte eine glänzendere Rolle zu ſpielen, als es noch bisher geſchieht; doch fehlt es daſelbſt an gemachten Anfängen nicht. Am 1. Juli 1838 eröffnete K. Hoſchek das St. Wenzelsbad am Moldauufer der obern Neuſtadt, nachdem er es mit anſehnlichen Koſten glänzend hergerichtet und ſelbſt mit einem Gaſthauſe ſammt Tanzſaal in Verbindung gebracht. Schon König Wenzel IV. hatte hier 1399 ein Badhaus für ſich erbaut, das ſpäter dem Publicum diente, aber beinahe verſchollen war. Hoſcheck ſtellte nun ein Gebäude im neueſten Geſchmack, umgeben von engliſchen Gartenanlagen, her, und brachte darin 25 geräumige Badgemächer mit Wannen von Zinn an, die ſowohl zum Warm- als Kaltbade dienen. Zwei Gemächer verſah er mit Douche-apparaten, um zur Gräfenberger Methode benutzt zu werden. Da der herrliche Saal mit prächtigſter Ausſicht auf das jenſeitige Ufer zwei Orcheſtergallerien enthält, ſo läßt ſich nicht ſagen, ob der Prager Zuſtrömen dahin der gemeinen Erluſtigung gilt oder dem weiſeren Geſchäfte des Badens, zumal des kalten.

9. Etwa eine Stunde von der Hauptſtadt am linken Ufer der Moldau war Kuchelbad in romantiſcher Gegend ſchon lang ein beſuchter Bad- und Vergnügungsort. In neueſter Zeit befaßt ſich Dr. Kanzler, welcher bei einem längern Aufenthalt zu Gräfenberg ſich von der Wunderkraft der Hydriatrik überzeugt, damit, die Waſſercur in ihrer Vollſtändigkeit daſelbſt auszuüben. Wir ſehen mit Spannung ſeinen Berichten entgegen.

10. Dr. Weidenhoffer, practiſcher Arzt in

Chrudim, eröffnete am 1. Mai 1838 eine Wasseranstalt in Elisenbad, eine Viertelstunde von dem schönen Kreisstädtchen. Das vortrefflichste Quellwasser von 5 — 6° Wärme speist auch 2 Kunstdouchen.

11. In Dobrawiz, ein Stündchen von der Kreisstadt Jungbunzlau, leitet Dr. Schmidt seit 1838 eine Kaltbadanstalt im eigenen Hause, wo auch eine Douche von 16' Fall sich befindet. Er hat seine Kenntnisse in Gräfenberg und Freiwaldau begründet.

12. Leitmeritz seit 1837. Wundarzt Lauda.

13. Turnau seit 1839. Dr. Schlechta.

14. Kosten bei Teplitz 1839.

15. Tiefenbach seit 1839. Wundarzt Schindler.

16. Friedland seit 1839.

17. Geltschberg bei Lewin. Dr. Mayer 1839.

18. Böhm. Trübau bei Leitomischl. Dr. Ribiczka 1840.

Mähren.

Die unmittelbare Nähe von Schlesien muß wohl auch in diesem Lande die Errichtung von Wasserheilanstalten anregen, doch können wir nur die Namen einiger Orte aufzeichnen, wo dergleichen versucht worden sind.

19. Czernahora im Olmützer Kreise.

20. Sulowitz im Brünner Kreise.

21. Roznau im Prerauer Kreise.

22. Budischan im Iglauer Kreise, durch den Wundarzt Koven seit 1838.

23. Groß-Ullersdorf im Olmützer Kreise, wo ein Arzt Pächter und Gastwirth zugleich ist. Es war wegen seines Schwefelbades seit 1836 bekannt,

dessen durch das unferne Gräfenberg verminderte Anzahl von Gästen bald auf den Gedanken führte, den Besuch durch Einrichtungen zum Kaltbad wieder zu heben. Es gibt einen Badarzt daselbst. (S. Wiener Z. Intellig. 1838. 12. Mai.)

Ungarn und Siebenbürgen.

Das strebende Volk der Magyaren erfaßt so kräftig jeden Fortschritt der Neuzeit in wissenschaftlichen und praktischen Dingen, daß sich wohl vermuthen ließ, es werde die Wassercur auch bei ihnen früher oder später allgemeinen Eingang finden. Und wirklich sind im verflossenen Jahre 1839 in beiden Ländern zwölf Kaltwasserheilanstalten errichtet worden, nämlich:

24. Pesth im Sauwinkel, Dr. Oestreicher.
25. Ofen im Kaiserbad.
26. Kaschau am Hernad. Dr. Steiner.
27. Schmecks im Zipser Com. Dr. Posewitz.
28. Hodritz bei Schemnitz, Dr. Stary.
29. Bartfeld bei Eperies, Dr. Horvath.
30. Füred am Plattensee, Dr. Adler.
31. Dezs bei Kásmark, Wundarzt Vajna.
32. Hermannstadt, Dr. Mühlich.
33. Borszek.
34. Carlowitz, Militärgränze, Dr. Pricsics.
35. Lunkanit im Banat, Dr. Buchwald 1840.

Illyrien.

36. Triest bei der militär. Schwimmanstalt, Dr. Angeli.
37. Klagenfurt in Kärnthen, Dr. Burger 1839.

Tyrol.

38. In Mühlau bei Innsbruck hat Dr. und Regimentsarzt Fritz, welcher kürzlich einen sehr interessanten hydriatischen Aufsatz in den „Tyroler Boten" einrücken ließ, in Verbindung mit Dr. und Oberarzt Rigler seit 1838 eine Kaltwasserheilanstalt errichtet, und sie in diesem Jahre bedeutend erweitert, auch ein russisches Schwitzbad nebst Vorrichtungen zu Sonnen-, Sand-, Dampf- und Thierbädern, dann eine Molkenkur- und endlich eine Art orthopädische Anstalt hinzugefügt, und schließt seine diesfällige Ankündigung mit folgenden Worten: „Tyrol vereinigt in reiner Bergluft, gutem Quellwasser, balsamischen Nadelhölzern, ergötzenden Spazierparthien, unverfälschter Alpenkost und kräftigen Arzneipflanzen alle Bedingnisse einer Naturheilung: Innsbruck weiset unter allen Städten des österreichischen Kaiserstaates die wenigsten Erkrankungs-, dagegen die meisten Fälle auf, wo 80jährige Greise noch ein thätiges Geschäftsleben führen. Unter diesen Begünstigungen waren wir in den zwei letzten Jahren so glücklich, an einer bedeutenden Anzahl von (großentheils verloren geglaubten) Kranken vom Militär und Civil die schönsten Heilungen, namentlich durch die Wassermethode zu erzielen. Während die Aufnahme nur Wenigen verweigert wurde, verließ nicht Einer die Anstalt im ungebesserten oder gar verschlimmerten Zustande. Die Methode bewies eben sowohl, zeitlich angewandt, unübertrefflich schnelle Heilkräftigkeit, als in veralteten und tiefgewurzelten Fällen den unschätzbaren Vorzug, unter sichtlicher Zunahme des allgemeinen

Wohlbefindens bis zur vollständigen Heilung lange Zeit fortgesetzt werden zu können."

39. Ulten bei Meran 1839.

B. Kaltwasserheilanstalten in andern Ländern.

Preußen.

1. Berlin. In dieser Hauptstadt der Aufklärung hat der durch mehre Schriften über die Wasserkur bekannte Hr. Beck nicht nur vielerlei Heilversuche, wegen welcher er jedoch gerichtlich angefochten worden, ausgeführt, sondern auch einen „Gesundheitsverein" gestiftet, dessen Statuten vom 21. Nov. 1837 Prof. Oertel im 24ten Hefte mitgetheilt, und mit dem eine Wasserheilanstalt verbunden ist und die Bestätigung der Oberbehörde erhalten hat.

2. Auch im Marienbad zu Berlin besteht seit 1839 eine ähnliche Anstalt unter Leitung des Dr. Moser.

3. Marienberg bei Boppart am Rhein, errichtet seit 1839 von Dr. Schmitz, Redakteur des „Wasserfreundes." Dieses schätzbare Blatt liefert auch detaillirte Beschreibungen sowohl dieser, als der meisten andern Wasserheilanstalten hinsichtlich ihrer physischen Lage, Einrichtung, Verhältnisse und Leistungen.

4. Köthen bei Freienwalde, 1840 errichtet von Hrn. von Falkenstein, Verfasser von zwei hydriatischen Werken.

5. Bromberg im Großherzogthum Posen, wo seit 1837 ein „Gesundheitsverein" besteht, unter Leitung des Dr. Barchewitz.

6. Gorczizkowo in der Nähe von Bromberg, Dr. Strigelius 1839.

7. Obernigk bei Breslau. Dr. Werner 1836.

8. Alt-Scheiting. Dr. Bürkner 1839.

9. Wüstewaltersdorf. Dr. Senftner 1839.

10. Kunersdorf. Dr. Meyer 1840.

11. Camenz. Dr. Starke 1840.

12. Freyenwalde a. O. Hauptmann Voigt 1840.

13. Kunzendorf. Dr. Niederführ 1836.

14. Elbing. Dr. Kohn 1840.

15. Mühlbad. Dr. Heußner 1841.

16. Czarkow. Dr. Kunze 1840.

17. Preußisch Holland. 1840.

18. Samland 1840.

19. Laubachthal 1841.

20. Kleinbandtken 1840.

21. Gräfenberg bei Düsseldorf 1839.

22. Marienwerder 1840. Dr. Heydenhain.

Bayern.

Wenn irgend ein deutscher Staat die frommen Wünsche der Menschenfreunde auf sich zieht, so ist es der bayerische, dessen für die höchsten Interessen unsers Geschlechts aufopfernd begeisterte König auch der Vervollkommnung des Heilwesens die größte Aufmerksamkeit gewidmet, dessen edle Herrscherfamilie in mehrern Gliedern schon die gewünschten Wirkungen des Kaltwassers erprobt, dessen erste Staatsmänner sich um die Aufnahme dieser Curart verdient gemacht haben. Welche Bedenklichkeiten immer die medicinische Facultät gegen die neu aufgekommene

Methode erheben mochte, in der Cholerazeit hat die kgl. Regierung dem nach München berufenen Prof. Oertel einen Spielraum der Wirksamkeit eröffnet, sie hat 1830 die königl. Kreisbehörden und Gerichtsärzte zu geeigneter Benützung des Kaltwassers aufgefordert, den Prof. Oertel zu einer Reise nach Gräfenberg veranlaßt, ihm selbst die Befugniß zu Errichtung ähnlicher Anstalten an geeigneten Orten ertheilt, auch mehrere Aerzte, Dr. Horner, Dr. Schnitzlein u. a. zu Prißnitz geschickt, um an Ort und Stelle die nöthigen Belehrungen einzuholen, endlich sich bereit erklärt, an den drei Landesuniversitäten München, Würzburg und Erlangen Lehrstühle für die Hydriatrik zu errichten.

Es ist zwar der allopathischen Medizinalbehörde gelungen, diesen sehnlichen Wunsch aller Wasserfreunde — Errichtung einer eigenen Lehrkanzel für Wasserheilkunde — bisher nicht in Erfüllung gehen zu lassen; es ist sogar auf höhere Veranlassung ein Auszug aus dem höchst gehässigen, der gesunden Theorie und Praxis widersprechenden Commissions-Berichte des Dr. Horner an alle Kreisphysikate zur Kenntnißnahme gesendet worden; allein dieser Auszug ist auf Veranstaltung des hochsinnigen Herrn Grafen von Rechberg ꝛc., eifrigen Beförderers der Hydriatrik, in der bereits erwähnten Broschüre von den Doktoren Dietrich und Müller sowohl vom allopathischen als hydriatischen Standpunkte aus, so treffend und siegreich widerlegt worden, daß mit Grund von der erleuchteten k. b. Regierung zu erwarten steht, sie werde bald eine bessere Ueberzeugung gewinnen und der Wahrheit den Sieg verschaffen.

23. Anstatt der unter Leitung des Hrn. Prof. Oertel zu Ansbach zu errichtenden Wasserheilanstalt, von der es abgekommen ist, hat Hr. Advokat Toussaint auf seinem Schlosse zu Erlenstegen bei Nürnberg unter Leitung des Dr. Rungaldier eine derlei Anstalt im Mai 1840 eröffnet, welcher Hr. Oertel seine beständige Mitwirkung zugesagt hat.

24. Alexanderbad im bayer. Oberfranken, eine Halbstunde von Wunsiedel, 4 Stunden von Eger, ein freundliches Städtchen, schon früher wegen seines Sauerbrunn sehr besucht, besitzt mehre Gebäude, zu deren Erhaltung und Einrichtung die Staatskasse 9000 fl. verwendet, welche durch königl. Verfügung der Benützung für die Gäste der Wassercur freigegeben wurden. Diese ist die erste eigentliche Kaltwasseranstalt in Bayern; Dr. Fikenscher, auch ein Gräfenberger Gast, eröffnete sie am 1. Mai 1838 und hatte am Ende dieses Monats schon 31 Gäste; im Verlaufe des Sommers waren unter den Ankömmlingen 24 Aerzte. Es ist für die Unterkunft zahlreicher Personen gesorgt, und Gartenanlagen umgeben die Wohnungen. Die Wannebäder haben zufließendes Wasser; 2 Douchen sind nach Gräfenberger Art eingerichtet, die eine mit 22′ Fall. Die Wasserzeitung giebt ausführlichere Nachricht über die Beschaffenheit dieser Anstalt. Der königl. Regierungs- und Medicinalrath Dr. Marc in Bayreuth, welcher schon mehrmal sowohl dem „genialen Prißnitz", als der von dem „einsichtsvollen Arzte" Dr. Fikenscher geleiteten Anstalt öffentlich Lob gesprochen, fordert im Nürnberger Corresp. 1838 3. Aug., weil die Anwendungsart der neuen Heilmethode im Durchschnitt doch nur eine

empirische sey, die Individualität nicht gehörig zu berücksichtigen scheine und daher auch bloße Scheinheilungen stattfinden könnten, die Aerzte auf, solche Kranke nach deren Rückkunft aus den Wasseranstalten einer genauen Beobachtung zu unterstellen, ob dauernde Heilungen erzielt worden, und durch diese Curart nicht andere Uebel entstanden seien, die Resultate aber dann auch zu veröffentlichen. Wir können dieser Aufforderung nur Beifall zollen und haben keinen weitern Wunsch, als daß die ärztlichen Beobachtungen und Berichte mit Gewissenhaftigkeit und parteilos veranstaltet werden. Denn wären die Wasserheilungen nicht gründlicher, umfassender und dauernder als die medicinalen, dann lohnte es allerdings des großen Aufhebens nicht. Hier zeigt sich jedoch am dringendsten der Bestand einer den Aerzten wie den Laien gleich zugänglichen, mit wissenschaftlicher Einsicht redigirten — Wasserzeitung.

25. Streitberg, Prof. Oertels Geburtsort, zwischen Erlangen und Baireuth, soll nach einer Beschreibung in der W. Z. Nro. 10 eine weit günstigere Lage für eine Wasseranstalt, als das früher vorgeschlagene Muggendorf besitzen. Es wird seit 1838 von Curgästen besucht.

26. Schäftlarn, südlich von München besitzt ein vielbesuchtes Mineralbad, dessen Eigenthümer der Münchner Braumeister Hr. Hagn ist. Dieser traf daselbst 1838 Anstalten zur Pflege der Kaltwassercur und erbat sich zu dem Ende den Besuch des mehrerwähnten Dr. Horner in München, welchen die

k. Regierung nach Gräfenberg auf ein Jahr gesendet, um die nöthigen Erfahrungen zu machen, der aber auf einen Wink von Prißnitz schon nach einigen Wochen es verließ, mit sehr ungünstigen Ansichten über diesen Patriarchen und die Wassercur. Dr. Horner, dessen bedeutende Entfernung dem Badorte ohnehin die erforderliche Gegenwart zu leisten nicht gestatten dürfte, erklärte sich zu dieser Beaufsichtigung geneigt, aber mit dem zweideutigen Ausdrucke, „nicht um einer zu großen Vorliebe für die Kaltwassercuren Förderung zu geben, sondern um nach Kräften dahin zu wirken, daß durch rechtes Ziel und Maß Ersprießliches *) erreicht, das Publicum vor Mißgriffen bewahrt, und so ihm wie der guten Sache (vielleicht blos dem hergebrachten Interesse der Facultät, der Apotheker und Mineral-Warmbäder) wahrhaft gedient werde." (Münchner polit. Z. 1838 Nr. 119.)

27. Schallershof, drei Viertelstunden von Erlangen, unter Leitung des Prof. Fleischmann.

28. Bernheim. Dr. Weik, 1841.

Noch einige andere Orte wurden zu Wasserheilanstalten in Vorschlag gebracht, als am Starnberger-See, an 5 Stunden südlich von München,

*) Wenn Hr. Horner überzeugt ist, daß die Wassercur Ersprießliches leisten könne, wie kann er sie denn in seinem Commissions-Berichte §. 36 u. 37 eine Cur ohne Ende, und ihre eigentliche Wirksamkeit ohne Anfang nennen und behaupten, sie sey weder ernährend und stärkend, noch ableitend und die organische Materie verbessernd??

deren Besorgung Dr. Schnitzlein von München übernehmen soll. Doch wünschten wir diesen ausgezeichneten Mann vielmehr eine hydriatrische Lehrkanzel besteigen zu sehen, zu welcher seine gelungene Wasserschrift ihn als ganz befähigt darstellt; im Sulzerbad bei Weilheim, 15 Stunden südwestlich von München, dessen Besitzer, Oberconsistorial-Secretär Zeiß in München bereit ist, die Kosten der Herstellung zu tragen, wenn nur erst ein kundiger Arzt sich zur Leitung der Anstalt fände; Deggendorf in der Nähe von Passau, auf einem nur stundeweit von diesem Ort nördlich gelegenen Gute des Frhrn. v. Hafenbrädl; Sieglitzhof, eine Viertelstunde östlich von Erlangen, am Schwabachflüßchen; Atzelsberg, drei Viertelstunden von Erlangen, in romantischer Gegend u. a.

Sachsen.

29. In der „sächsischen Schweiz," in einem von der Biela durchströmten romantischen Thale, 3 Stunden von Pirna, 2 Stunden von Königstein, hat der Besitzer der Schweizermühle, eines wegen guter Bewirthung beliebten Absteigortes der Reisenden, Hr. Geißler, im Frühling 1838, unter aufmunternder Belobung sämmtlicher Familienglieder des hohen Regentenhauses, unter Leitung der Doctoren Hoch und Ehrlich, eine Wassercuranstalt eingerichtet, die schon an 70 Gäste im Verlaufe des Sommers zählte.

30. Dresden am Priesnitzbach. 1839. Dr. Ruschpler.

31. Kreischa bei Dresden. 1839. Dr. Stecher.

32. Freyberg. 1839. Dr. Ettmüller.

33. Strehlen. Dr. Herzog 1840.

34. In Elgersburg, eine Stunde von Ilmenau, ursprünglich eine Dampfbadanstalt, eröffnete der Badwirth Hr. Gräser i. J. 1837 eine Wasseranstalt, unter der Leitung des auch in Gräfenberg gewesenen Dr. Ph. Martini, und diese erfreute sich der freigebigsten Unterstützung des regierenden Herzogs Ernst, welcher sein eigenes Fürstenschloß zur Aufnahme der Curgäste herrichten ließ und durch reizende Anlagen diesen ehemaligen Lieblingsort Göthe's, diese romantische Gegend Thüringens noch mehr verherrlichte. Gegenwärtig führt die ärztliche Leitung Dr. Piutti; das Uebrige besorgt Herr Munde, der beliebte hydriatische Schriftsteller. 19 Badwannen mit lebendigem Wasser und 6 Douchen bezeugen den Umfang der Anstalt, deren Gäste sich bereits auf 80 beliefen.

35. Ilmenau. So nahe an Elgersburg glaubte der Physikus Dr. Fitzler, dessen Eifer sich an der „Wasseruniversität" entzündet hatte, daß auch seine Unternehmung Raum finden könne. Der Reichthum von mehr als dreißig Quellen aus dem Thüringer Walde, welche die oft besungene Ilm nähren, macht auch diesen Ort zu einem würdigen Tempel der heilbeflissenen Nymphen. Er wurde im Juni 1838 eröffnet. Der Badverein hatte Aktien zu 10 Thaler preuß. ausgegeben. Dr. Fitzler ist ein vorzugsweiser Nachahmer des Freiwaldauer Wasserarztes Weiß, dem folgend er großen Werth darauf legt, nebst der ei-

gentlichen Anstalt für die Wassercur noch in der Ilm ein „Flußwellenbad" zu besitzen, das bereits an 1800 Bäder abgab. Nächstens beabsichtigt er, darin auch Sitzbäder einzurichten. Eigenthümlich dieser Anstalt ist es, daß sie keine Gebäude besitzt, worin die Gäste versammelt werden, da die meisten Häuser ergiebige Brunnen besitzen, aus denen mittels einfacher Vorrichtungen das Wasser den Gästen ganz nahe an ihre Wohnzimmer gebracht, u. s. w. das Zusammentreffen bei den Badwannen beseitiget wird. In der Bekanntmachung dieser Anstalt durch den Ilmenauer Badverein wird ausdrücklich bemerket, daß Dr. Fitzler „homöopathischer und allopathischer Curweise gleich mächtig" sey. Ueber diese zwei letztgenannten Anstalten Elgersburg und Ilmenau gibt Dr. J. J. Sachs, in Berlin in seinem medizinischen Almanach für 1839 ausführlichen Bericht, S. 194 — 293. Er hatte beide selbst besucht und seine Frau daselbst die Wassercur gebrauchen lassen. Dieser Bericht ist mit Kenntniß und Wahrheitsliebe verfaßt, indem er nicht nur den hydriatischen Prozeß treu darstellt, sondern auch über dessen Wirksamkeit sich mit Anerkennung ausspricht. Am Schlusse heißt es: Sonach dürfte nun der Zeitpunkt wirklich da sein, wo diese Wassercur-Anstalten nicht nur von den Regierungen in ihrem prophylaktischen Werthe zur Stärkung unserer und der kommenden Generationen überhaupt erkannt, sondern auch als Naturheilanstalten von therapeutischer Seite in ihrer Wirksamkeit für die Hydriatrik, von den Männern unserer Wissenschaft erfaßt und ausgebildet werden müßten. Möchte Dr. Sachs noch recht

viele Nachahmer seiner Unbefangenheit unter den Collegen finden, solche die an Ort und Stelle beobachten, sich der Selbsterfahrung unterziehen, dann aber auch die Resultate in ihrer Heilwissenschaft gehörig einreihen, in der Praxis anwenden und in Schriften mit einer Offenheit verkündigen, welche weniger die Gunst einer starren Fakultät berücksichtiget, als darnach strebt, das von so widersprechenden Urtheilen und Handlungen der Aerzte in Verwirrung gesetzte Publikum zu orientiren und zu leiten.

36. Liebenstein bei Meinungen. Dr. Martini 1840.

37. Blankenburg. Dr. Fritzsche 1840.

38. Hohenstein. Dr. Vogel 1840.

39. Reuß-Ebersdorf. Dr. Fränkel 1840.

40. Reuß-Lobenstein. 1839.

Würtemberg.

41. Ulm. Dr. Bentsch 1838.

42. Göppingen. Dr. Palm und Dr. Landerer 1840.

43. Kennenburg. Dr. Steudel 1840.

44. Rungenthal bei Stuttgart.

45. Gaildorf.

Baden.

46. Hubbad. Dr. Strauß 1840.

Hessen-Cassel.

47. Cassel. Herr Rausch 1836.

48. Wolfsanger. Dr. Schnackenberg 1841.

Braunschweig.

50. Braunschweig. Dr. Mühlenbein 1838.
51. Harzberg. Dr. Struve 1840.

Nassau.

52. Kronthal. Dr. Küster 1841.

Hannover.

49. Minden. Dr. Rosenbach 1840.

Schweiz.

53. Righi. Dr. Kreiser 1839.
54. Hausen. Dr. Brunner 1839.

Rußland.

55. St. Petersburg. Dr. Harder 1838.
56. „ „ Baron Chabot 1839.
57. „ „ Dr. Rennes 1840.
58. Moskau.
59. Liefland. Wenden 1840.
60. Warschau. Dr. Sauvan 1839.
61. Kiew.
62. Litthauen.

63. Sechzig Werste von Petersburg läßt die Krone jetzt eine Wasserheilanstalt für kranke Militärs bauen.

Frankreich.

64. Paris. Dr. Engel und Dr. Behrend 1840.

65. In der Nähe von Paris ist erst kürzlich eine neue Anstalt unter Leitung des Dr. Baldon ins Leben getreten — ein Beweis, daß weder die wahrheitsliebenden Aerzte, noch das Publikum auf das von der Pariser Akademie über die Wasserheilkunde ausgesprochene Anathema großes Gewicht legen.

Belgien.

66. Warrem bei Lüttich. Dr. Henrard. 1841.

67. Uccle bei Brüssel. Dr. Thielemann 1841.

68. Bergheim, eine Vorstadt von Antwerpen. Von einem in Gräfenberg geheilten Privatmanne. 1841.

Italien.

Ein Arzt in Pavia, welcher Gräfenberg und andere Anstalten besucht hat, soll entschlossen seyn, in der Brianza, dem Paradiese der Lombardie, zwischen Mailand und Como, nächstens eine Wasserheilanstalt zu errichten.

England.

69. Bei London. Lord Moncliff 1840.

So erfreulich diese Uebersicht von 168 Wasserheilanstalten ist, wovon 39 auf Oesterreich, und 54 auf die andern deutschen Staaten kommen, so ist doch diese Anzahl viel zu gering, um dem herrschenden Bedürfniß und den in Gräfenbergs Wundererscheinungen gegebenen Motiven zu entsprechen. Wie zahlreich sind die Kranken, die aus allen deutschen und andern Gauen zu Prißnitz strömend, dort die schon aufgegebene Gesundheit erwarben und begeistert für die neue Heilart heimkehrten; wie groß ist die Anzahl der Volks- und Gelehrtenbücher, welche die Wassercur beschreiben, empfehlen und auszubilden beabsichtigen: und doch bewährt sich auch hier die bekannte Tugend deutscher Bedächtigkeit, und von ansehnlichen Länderstrecken verlautet noch nichts, daß man Einleitungen getroffen hätte, sich in der Heimath selbst solch einer Anstalt zu versichern. Lobens-

werth sind daher auch die hie und da gemachten Versuche der Anregung. „Gesundheitsvereine," welche doch in jeder Stadt, in jedem Dorfe, von edlen Männern und Frauen gebildet werden könnten, wären eine zweckmässige Anbahnung des Ziels. Ein solcher hat — von andern in Berlin, Bromberg war schon die Rede — sich bereits 1836 in Cassel gebildet, dessen Statuten Professor Oertel im 20sten Hefte mitgetheilt. Ein Menschenfreund berichtet im Nürnberger Korrespondenten 1837 28. Juni, daß so eben in Mainz, im sogenannten Gartenfelde bei dem unmittelbar vor dem Münsterthor gelegenen Pankratiusbrunn, der zu diesem Zwecke mit Bänken und Bäumen umpflanzt worden, sich eine Art Gesundheitsanstalt gebildet, da Morgens und Abends Tausende der Menschen herbeikommen, daselbst das vortreffliche Wasser reichlicher zu trinken und auf dem geräumigen Platze Bewegung zu machen. Die angefügten Räthe zeugen von guter Einsicht. Die W. Z. Nr. 25. und Prof. Oertels Heft 24 S. 61 machen aufmerksam, wie Heilbronn, dessen Segensquellen ehemals Wunder wirkten, — wie man sich noch in diesem Klosterstädtchen, zwischen Ansbach und Nürnberg, an die von Genesenen hier geopferten Krücken und Stöcke erinnern soll —, auf gleiche Weise zu benützen wäre. Dieser Brunn ist mitten im Orte, von einem Häuschen umschlossen und liefert aus zwei Röhren das vortrefflichste, von Dr. Feuerlein, welcher bei diesem „Heylbronnen" als Arzt geordnet war, in einer eigenen Schrift, Nürnberg 1732, gepriesene Wasser. Die W. Z. erinnert Nr. 21 und 22, welch günstige Lage Bischofgrün im Fichtelgebirg habe, da es

nur zwei Stunden von dem Städtchen Berneck, durch welches die Straße von Baireuth nach Hof und Eger führt, entfernt, eine bedeutende Zahl der besten Quellen und andere Vortheile biete, wodurch es selbst mit Gräfenberg wetteifern könnte. In Nr. 26 und 27 fordert dieselbe W. Z. auf, das Wildbad im Hofe Gastein für eine Kaltwasseranstalt zu benützen; da eine solche nicht blos als Nachcur, sondern selbst zur Vorcur den Gästen des Warmbades höchst ersprießlich sein müßte. Der ungenannte Verfasser der Schrift: „Ueber die Stadt Meran in Tirol. Nebst Bemerkung über Milch-, Molken- und Traubencur und nahe Mineralquellen. Mit einer Karte der Umgebung. Wien, Strauß, 1837" hält das von allen Bädern in Tirol am meisten besuchte Mitterbad bei St. Pankraz im Altenthal, wegen dessen ungewöhnlich frischer und guter Trinkquelle, der schönen Gegend und gesunden Luft, für höchst geeignet zu einer Wassercuranstalt. Gewiß hat das südliche Tirol noch viele solche günstige Orte. Hofrath und Leibarzt Dr. Faust erzählt in Prof. Oertel 23. H. S. 9, daß in Bückeburg (Schaumburg-Lippe) am 18 Juni 1833 eine Trinkanstalt errichtet worden, indem an der Mauer des fürstlichen Gartens dicht an der Straße nach Minden, auf steinernem Altar, das Erste Wassergefäß, mit Eichenlaub bekränzt, in Versammlung vieler Kinder, welche das Wasser hochleben ließen und aus dem Becher tranken, die Weihe erhielt. Drei Fässer vor den drei Thoren Bückeburgs werden täglich mit Eimern gefüllt, den Vorübergehenden zur Labung. So, meint er, „lernen die Menschen Wasser trinken." Wie viel Vorschub

die Mäßigkeitsvereine dem Ganzen thun könnten, ersieht man aus einem Vorschlag des Hofrath Krauß in Adolzfurt (Hohenlohe-Oehringen) zu einem Lebensverlängerungs- und Unterstützungsverein (Heft 23 S. 28), eine Art gegenseitige Versicherungsanstalt, in dessen Statuten die Verpflichtung bestände, nicht nur überhaupt alles zu meiden, wodurch das Leben verkürzt wird (als geistige und warme Getränke), sondern auch das frische Wasser zum Hauptgetränk wenn nicht zum einzigen zu machen. Was noch die Zukunft bringen könne, läßt eine Nachricht Herrn Weiß ahnen, welcher in der W. Z. Nr. 32 berichtet, daß im Verlaufe des Sommers 1838 zu Gräfenberg und Freiwaldau nicht weniger als 56 Aerzte anwesend waren, deren mehrere ihre Absicht aussprachen, ebenfalls Wasserheilanstalten errichten zu wollen, und zwar vier derselben aus Ungarn, zwei aus Schweden, drei aus Preußen, zwei aus Polen, vier aus den Rheinländern, einer aus Italien. Völlig begründet ist daher die ursprünglich durch Dr. Bentsch in Ulm angeregte Idee und von Dr. Richter in der W. Z. Nr. 6. erlassene Aufforderung zu einem hydriatischen Vereine wirklicher Aerzte," welcher die Besprechung tiefer liegender Untersuchungen über Gegenstände der Wasserheilkunde zur Aufgabe hätte.

Nachtrag

zur

Literatur und den Wasserheilanstalten.

A. Layenschriften.

Beiträge zur praktischen Wasserheilkunde nach der Prißnitzischen Methode, mit besonderer Rücksicht auf acute Kinderkrankheiten, nebst mehreren Krankengeschichten und Vorschriften über das kalte Waschen und laue Baden der Kinder. Rathschläge für Aeltern, welche die Wasserkur bei ihren Kindern anwenden wollen, von Medicolaicus (Martiny bei Dresden). Freyberg, Engelhart 1841.

Theodor v. Kobbe: Prißnitz und Gräfenberg. Aus meinem Taschenbuch zur Unterhaltung und Belehrung. Nebst einem Anhang, die Behandlung einiger Krankheiten enthaltend. Oldenburg, Schulze 1841.

Einige Worte zur Vertheidigung des Hrn. Weiß in Freywaldau, von einem Kurgaste. Bevorwortet von Dr. Ehrenberg. Leipzig, Voß 1840.

Die Kaltwasserheilanstalt zu Ilmenau und ihre Kurgäste in den Jahren 1838, 1839 und 1840. Ilmenau, Richel 1841.

Karl Munde: Die Gräfenberger Wasserheil-

anstalt und die Prißnitzische Kurmethode u. s. w. 5te vermehrte Aufl. Leipzig, Frohberger 1841.

Karl Munde (Dr. phil.) Hydrotherapie, oder die Kunst, die Krankheiten des menschlichen Körpers ohne Hülfe von Arzneien durch Diät, Wasser, Schwitzen, Luft und Bewegung zu heilen, und durch eine vernünftige Lebensart zu verhüthen. Ein Handbuch für Nichtärzte. Leipzig, Frohberger 1841.

Duch hydropathie, pro Myslach J. H. Ransego. Krakau, Czech 1840.

Quid faciendum, oder nach welcher Heilmethode soll ich mich kuriren lassen? Von Samuel Pfefferkorn. Karlsruh, Keller 1841.

Veterinär-Hydriatrik, oder gründlicher Unterricht, die Krankheiten der Hausthiere mit frischem Wasser natürlich, einfach und wohlfeil zu heilen. Leipzig, Fort 1842.

Taschenbuch für die Wasserheilkunde. 1. Bdch. Ansbach, Brügel 1841.

Molière: Cérémonie burlesque d'un homme qu'on fait médecin. Extrait du malade imaginaire. Nordhausen, Schmidt 1841.

Dr. jur. E. M. Selinger. Gräfenberg. Einladungen, Mittheilungen, Betrachtungen. Wien, Pfautsch 1841.

Diätetisches Schatzkästlein. Ein Taschenbuch für Freunde eines gesunden, frohen und langen Lebens. Mit einer Sammlung von sittlich-religiösen Denksprüchen. Nördlingen, Beck 1842.

B. Aerztliche Schriften.

Dr. W. Schnackenberg (Arzt zu Cassel): die praktische Heilkunde und die Wasserheillehre. Kassel, Luckhardt 1841.

Dr. Küster (Nassauischer Medizinalrath): Ueber Wasserheilkunde mit besonderer Berücksichtigung der Wasserheilanstalt zu Cronthal. Frankfurt a. M. Sauerländer 1841.

Dr. Kreyser, Vorstand der Wasserheilanstalt zu Meiningen: Ansichten und Erfahrungen über die methodische Anwendung der Kälte als Heilmittel in Krankheiten, für Aerzte und Laien. Aarau, Sauerländer 1841.

Dr. W. Parow: Kurze Bemerkungen über die praktische und wissenschaftliche Bedeutung der sogenannten Wasserkuren, mit besonderer Rücksicht auf die in Greifswalde gegründete Anstalt, nebst Prospekt derselben. Greifswalde, Bamberg 1841.

Dr. Mackenzie: Keine Hämorrhoiden mehr! Erfahrungen über das eigentliche bisher nicht erkannte Wesen und den Grund der Hämorrhoidalkrankheiten, nebst Angabe des einzigen Mittels, durch welches dieselbe auf die sicherste, völlig unschädliche und schnellste Weise geheilt und verhütet werden kann. Nach dem Englischen. 2te Aufl. Nordhausen, Fürst 1842.

Dr. van Honsorouck: Traitement des maladies par l'eau froide. Brüssel, Haumann 1841.

Dr. L. Sauvan: Exposé des principes scientifiques de l'hydrothérapie, autrement dite méthode de Graefenberg. Warschau, Chmeliewsky 1840.

Endlich kündigt Dr. Schmitz (Direktor der Wasserheilanstalt zu Marienberg), welcher die Redaktion des bisherigen „Wasserfreundes" niedergelegt hat, eine neue Zeitschrift an, unter dem Titel: Der neue Wasserfreund, oder Archiv für Wasserheillehre, welche mit Neujahr 1842 in deutscher und französischer Sprache in zwanglosen Heften erscheinen wird. Jahrespreis der deutschen Ausgabe 3 Thlr., der französischen aber 5 Thlr. 10 Gr.

C. Wasserheilanstalten.

Oesterreich.

Grätz in Steyermark, unter dem Namen: Neu-Gräfenberg, soll im Frühjahr 1842 eröffnet werden.

Ungarn.

Lunkany im Krassoer-Komitat. 1841. Dr. Buchwald.

Preußen.

Laubach bei Koblenz 1841. Dr. Petri.

Mühlbad bei Boppard 1841. Dr. Hausner.

Rußland.

Petersburg, wo Dr. Römer im Sommer 1841 eine Anstalt mitten auf einem Wasser errichtet hat.

Zweiter Abschnitt.

Von den Wirkungen des kalten Wassers auf den menschlichen Körper.

Da wir uns des kalten Wassers in Bezug auf unsern Körper innerlich und äusserlich bedienen, so zerfallen die Wirkungen desselben in jene, die es als Getränk, und jene, die es als Bad, Waschung u. dgl. äussert. Indem aber die sämmtlichen Wirkungen des kalten Wassers auf seinen Bestandtheilen und seinen wesentlichen und zufälligen Eigenschaften beruhen, müssen diese vor allem in Betrachtung gezogen werden.

Erstes Hauptstück.

Wirkungen des Wassers hinsichtlich seiner Eigenschaften.

1. Die erste und hauptsächlichste Eigenschaft des gewöhnlichen Quell- und Brunnenwassers, welche ihm unstreitig den vorzüglichsten Antheil an seiner großen Heilkräftigkeit verleihet, liegt in seiner Kälte*). So

*) Obschon der Ausdruck Kälte sehr relativ ist, und es hier vorzüglich auf die Empfänglichkeit des mit der

wahr es ist, daß die Kälte überhaupt und im Allgemeinen gesprochen, feindselig auf das organische Leben einwirkt, es in seiner Entwicklung hemmt, und lange dauernd, es sogar vernichtet, so wahr und anerkannt ist es auch, daß sie, verständig und besonnen, d. h. mit gehöriger Berücksichtigung sowohl des Grades der Kälte hinsichtlich des Individuums, als auch der Dauer der Anwendung, als Reizmittel auf den menschlichen Organismus angewendet, höchst wohlthätige Wirkungen zu äußern vermag, und erfahrungsgemäß äußert.

Bei der Einwirkung der Kälte auf irgend einen Theil des Organismus unterscheiden wir nämlich eine doppelte Wirkung, ihre direkte oder Erstwirkung, und ihre Nachwirkung, oder vielmehr die durch die Kälte erzeugte Rückwirkung oder Reaction des Organismus. Die Erstwirkung erscheint allerdings feindselig: die von der Kälte betroffene Stelle der Haut verliert alsogleich ihre Wärme; die Empfindlichkeit derselben wird vermindert; die Gefäße werden zusammengezogen; das Blut und die Säfte treten zurück und werden nach innen gedrängt;

Kälte in Berührung zu bringenden Organismus ankommt, so will ich doch der Deutlichkeit wegen den Begriff, den man mit dem Ausdrucke kalt und warm hinsichtlich des Wassers verbindet, etwas näher bezeichnen, und die dabei bestehende Stufenleiter angeben. Wir pflegen nämlich Wasser, in welchem das Quecksilber des Thermometers von 0 bis 5° Reaumur steht, als sehr kalt, von 5° bis 15° als kalt, von 15° bis 23° als kühl, von 23° bis 28° als lau und von 29° angefangen, welches die natürliche Temperatur aller äussern Zugänge des Körpers ist, als mehr oder weniger warm zu bezeichnen.

es entsteht auf der von Kälte ergriffenen Stelle Blässe und Hemmung der ihr eigenthümlichen Absonderung. Da aber alles, was auf den menschlichen Körper störend einwirkt, in demselben eine Gegenwirkung zur Ausgleichung dieser Störung veranlaßt, und überdieß die Natur stets eine größere Kraft aufwendet, als die bloße Abwehr des Angriffs erfordert, so strebt auch hier der Organismus den erlittenen Nachtheil zu bekämpfen und zu besiegen, und die erregte Lebenskraft bewirkt eine vermehrte Thätigkeit nach aussen. Hat daher die Kälte nicht zu lange oder zu stark eingewirkt, so zeigt sich diese Rückkehr des Lebens an der von der Kälte betroffenen Stelle der Haut durch gesteigerte Empfindlichkeit, mit Prickeln, Jucken und Brennen; die Haut ist auffallend geröthet, es findet eine stärkere Wärmeentwicklung statt, das Blut fließt ihr in größerer Menge zu, die Absonderung wird verstärkt, die Haut ist weich, von Blut und Säften strotzend, duftet und schwitzt. Dieß ist die indirekte Wirkung der Kälte, oder vielmehr die Rückwirkung des Organismus. Auch in ihrer Einwirkung auf den Gesammtorganismus zeigt sich diese bemerkenswerthe Doppelwirkung der Kälte. Die Erstwirkung derselben, als dem organischen Leben feindlich, beschränkt dasselbe in allen seinen Entfaltungen: das Nervensystem erscheint deprimirt; die eigenthümliche Wärme des Organismus, so wie die lebendige Spannkraft aller Theile wird vermindert; das Blut fühlt sich im Pulse verkleinert, zusammengezogen an; die Absonderungen werden zurückgehalten; die Verdauung wird geschwächt, die Ernährung dadurch gestört und das Volumen des gan-

zen Körpers wird verringert. Ganz entgegengesetzte Erscheinungen liefert die auftretende Nachwirkung der Kälte: Wärme und Blutfülle kehren zurück; der Appetit ist augenblicklich gesteigert; die Verdauung geht energischer von Statten; die Sinnesorgane sind geschärft; jede Muskel schwillt von Kraft; kurz das Leben in seiner Gesammtheit gewinnt an intensiver Stärke, die sich unmittelbar dem Gefühle in einer durchdringenden Empfindung fröhlicher Lebenskraft kund gibt.

Da nun für die Nachwirkung der Kälte das doppelte Gesetz besteht, daß sie 1) die Erstwirkung an In- und Extensität, an Stärke und Ausdehnung bei weitem übersteigt, und 2) daß sie um so stärker ausfällt, je rascher der Uebergang von Wärme zur Kälte geschieht, und je größer der Unterschied der beiden auf einander folgenden Temperaturgrade ist, so läßt sich daraus die große Heilkräftigkeit der Kälte, auf das kalte Wasser angewendet, leicht deduciren; denn, wenn die Einwirkung des kalten Wassers auf eine Körperstelle während weniger Sekunden hinreicht, um den betroffenen Theil viele Minuten lang nicht nur zu erwärmen, sondern auch zu erhöheter Lebensthätigkeit und Absonderung anzuregen, so frage ich, wer sich nicht gern werde gefallen lassen, gewisse Hautstellen, ja die ganze Haut auf kurze Zeit in ihrer Lebensthätigkeit zu beschränken, um der durch die Nachwirkung erzeugten Vortheile theilhaft zu werden? Vermöge des zweiten Gesetzes der Nachwirkung der Kälte wird man sich eben so wenig mehr zu scheuen haben, sogar aus dem Zustande des reich-

lichsten Schweißes, wie ihn Prißnitz hervorzulocken weiß, in jenen der momentanen Kälte eines kalten Wasserbades überzutreten, sobald man überzeugt ist, daß die wohlthätige Nachwirkung dadurch nur um so kräftiger und nachhaltiger sich einstellt.

Es läßt sich aber noch deutlicher und augenscheinlicher beweisen, welch kräftiges Mittel der Einwirkung auf den lebenden Organismus in der Kälte bei Anwendung des kalten Wassers sowohl hinsichtlich ihrer Erstwirkung, als ihrer Nachwirkung liege.

Bereits allgemein bekannt ist es, wie durch fortgesetzte Abkühlung, mithin durch die Erstwirkung der Kälte, nicht nur der Blutfluß bei Verwundungen gestillt, sondern auch gereizte und entzündete Körpertheile besänftigt werden können, weßwegen auch die Wundärzte Kaltwasserumschläge zur Vermeidung äußerer Entzündungen, und selbst unsere Doktoren Eisumschläge bei Gehirnentzündungen ꝛc. mit dem besten Erfolge anwenden. Ferner ist die bisher viel weniger bekannte Heilkräftigkeit der Kälte in Betreff ihrer Nachwirkung aus dem Vorgange ersichtlich, welcher bei Einwirkung der Kälte auf der Hautoberfläche Statt hat. Ist nämlich die Erstwirkung der Kälte nach einer kurzen, raschen Anwendung vorüber, so strömt das Blut und mit ihm die Wärme mit vermehrter Gewalt nach der Hautoberfläche; es stellt sich eine allgemeine Bewegung des Blutes und der Säfte von innen nach außen, vom Centrum nach der Peripherie ein, wodurch die innern Organe von der Säfteüberfüllung befreit werden. Eben so wird die Thätigkeit der Hautnerven erhöhet, ein allgemein verbreitetes Jucken und Brennen wird

empfunden, die auf der Haut verbreiteten Nervenenden befinden sich in größter Aufregung. Je mehr sich aber die organische Thätigkeit auf der Oberfläche steigert, desto mehr werden, nach dem im lebenden Körper bestehenden Gegensatze, die innern Organe in einen Zustand von Ruhe und Abspannung versetzt. Daraus folgt nun, daß jede Hautreizung durch kaltes Wasser, außer der augenblicklichen Erfrischung und Belebung des Körpers, wenn sie methodisch, d. h. nach einer gewissen Stufenfolge fortgesetzt wird, auch in krankhaften Zuständen heilsam wirken und durch die auf der Oberfläche erhöhete Blut- und Nerventhätigkeit die Säftestockungen vom Innern weg nach Außen locken, und die abnorme Empfindlichkeit der Nerven-Central-Organe beruhigen muß.

Eine andere höchst heilsame Wirkung äußert das kalte Wasser in seiner Nachwirkung auf den Körper durch die vermehrte Hautabsonderung. Es wird später gezeigt werden, wie äußerst wichtig die Hautausdünstung für die Gesundheit ist; hier genüge die Bemerkung, daß die Natur selbst sehr oft, und zwar in den verzweifeltsten Krankheitsfällen, durch vermehrte Hautabsonderung, d. h. durch Erzeugung eines wohlthätigen Schweißes noch Rettung schafft und den Giftstoff ausstößt; daß man mithin wohl nichts Besseres und Sichereres bei Heilung von Krankheiten thun könne, als sich desselben Organs zur Ausscheidung krankhafter Stoffe zu bedienen, durch welches die Natur selbst so oft und so erfolgreich sich ihrer zu entledigen weiß.

Endlich, da, wie schon erwähnt wurde, bei jeder Reizung der Hautoberfläche durch kaltes Wasser das

Blut in größerer Menge zu ihr hinströmt und dadurch die innern Organe befreit werden, äußert die Kälte in ihrer Nachwirkung auch eine große Heilkraft, wenn sie partiell, d. h. auf einzelne Stellen der Haut als Ableitungsmittel angewendet wird, weil der heilsame Erfolg der Reizung solcher einzelnen Hautstellen den innern und tiefer liegenden Organen zu Statten kommt. Daraus erklärt sich die überraschend heilkräftige Wirkung der kalten Fuß- und Sitzbäder in so vielen Krankheiten, welche mit Reizung und Blutüberfüllung der Kopf-, Brust- und Bauchhöhlen-Eingeweide verbunden sind; sie wirken schon darum viel kräftiger, als die in der Medicin als Ableitungsmittel gepriesenen und gebräuchlichen Senf- und Blasenpflaster und Blutegel, weil sie täglich und jahrelang ohne Nachtheil angewendet werden können, was bei jenen durchaus der Fall nicht ist.

Dieß ist also die wohlthätige Nachwirkung der Kälte, daß sie Wärme erzeugt*), und die Le-

*) Aus dem anscheinend paradoxen Satze, daß Kälte Wärme zu erzeugen fähig sey, lasse man sich ja nicht einfallen zu schließen, daß Kälte und Wärme in ihren Wirkungen gleich seyen, und daß z. B. ein kaltes Bad von 8° R. im Körper denselben Effekt hervorbringe, wie ein warmes von 28°. Beide erwärmen die Haut, das ist wahr; aber welch ein Unterschied in der Art und Weise und in allen übrigen Wirkungen! Das warme Bad von 28°, in welches man aus einer niedrigern Luft-Temperatur z. B. von 12 oder 15° R. steigt, erwärmt augenblicklich aus dem einfachen Grunde, weil der Wärmestoff des Körpers, dessen Wärme 28 — 31° beträgt, in seinem fortwährenden Ausströmen in die umgebende kältere Luft von 12° durch die Haut plötzlich gehindert, sich

bensthätigkeit erregt und stärkt. Wird nun der Körper öfter, ja täglich mit dem kalten Wasser in Berührung gebracht, durch den äußern und innern Gebrauch desselben, so läßt sich leicht begreifen, wie dadurch ein rascherer Umlauf des Blutes und der Säfte, verstärkte Ab- und Aussonderung, in anderer Beziehung verminderte Empfänglichkeit der Nerven für äussere Eindrücke, besonders für Wärme und Kälte (der Zweck der sogenannten Abhärtung), größere Kraft und Ausdauer der Muskelthätigkeit, mehr Eßlust, Thätigkeit des Geistes und Heiterkeit des Gemüthes, mithin vermehrtes allgemeines Wohlseyn erzeugt werden müsse. Es versteht sich hierbei, daß die Kälte in den gewöhnlichen Fällen weder zu plötzlich und in zu hohem Grade, noch zu anhaltend einwirken dürfe, da sonst die Lebensthätigkeit zu sehr angestrengt und nicht mehr fähig seyn würde, den erlittenen Nachtheil zu besiegen; es könnte sogar bei dem in seiner Verrichtung gestörten Nervensystem ein

---

im Innern anhäuft, und daher das Gefühl sich mehrender Wärme bis zur Erhitzung eben so nothwendig zur Folge hat, als das Gefühl der Kälte, sobald man aus dem wärmern Wasser wieder in die kältere Atmosphäre zurücktritt. Das kalte Bad erzeugt im Gegentheil im ersten Augenblicke das Gefühl der Kälte, weil man aus einem wärmeren Medium in ein Kälteres übertritt; da es aber als ein Feindseliges auf den Organismus einwirkt, reizt es die Lebenskraft zur Gegenwehr, und diese Reaction oder Nachwirkung ist es eben, welche Blut und Wärme von den innern Organen nach der Haut drängt und diese erwärmt, aber keineswegs erhitzt, wie im warmen Bade, welches nebenbei auch aller übrigen wohlthätigen Wirkungen des kalten Bades ermangelt.

Schlagfluß, ja selbst der Tod erfolgen. Wie sehr übrigens die Kälte reizend und erregend auf den Organismus wirke, sehen wir an den Ohnmächtigen, welche bei bloßer Besprengung mit kaltem Wasser schnell wieder zu sich kommen. So erzählt auch Dr. Lichtenstädt in Petersburg, es seyen bei einem vor 12 Stunden an der Cholera Gestorbenen, als man ihn mit kaltem Wasser wusch, krampfhafte Bewegungen entstanden, als wäre er galvanisirt worden.

2) Die Flüssigkeit des Wassers ertheilt ihm diejenige auflösende Kraft, durch die es in der gesammten lebenden und leblosen Natur eine so große Rolle spielt. Auf dieselbe Art, wie es vermöge seiner Dünnflüßigkeit leicht in die Zwischenräume aller vegetabilischen und mineralischen Körper dringt, die darin befindlichen Salze u. a. auflöset und sich damit vereiniget, bringt es auch im menschlichen Körper ähnliche Wirkungen dadurch hervor: es durchdringt die allerfeinsten Zwischenräume und Kanälchen des Körpers; es mischt sich dem Blute bei, macht es an wässerigen Bestandtheilen reicher, daher an Dichtigkeit geringer, leichtflüßiger und zum schnellen Umlauf geschickter; es ist somit fähig, alles Stockende in den Säften, alle salzigen, schleimigen und schadhaften Stoffe im Körper aufzulösen, zu verdünnen und hinwegzuführen.

3) Durch seine Härte, d. h. durch die ihm beigemischten fremdartigen Stoffe, besonders aber durch seinen Gehalt an Kohlensäure, wirkt es vorzüglich als Getränk wohlthätig, indem es die Verdauungswerkzeuge, die Blutgefäße und das Nervensystem angenehm und gelinde reizt und alle Lebens-

verrichtungen befördert. Nicht minder vortheilhaft wirkt auch die im Wasser als Bestandtheil enthaltene Lebensluft (Sauerstoff), welche durch den Lebensproceß vom Wasserstoffe geschieden, den verschiedenen Theilen zur Beförderung des Athmens und Verdauens zugeführt wird. Endlich können die im Wasser freilich nur in geringem Maße noch vorkommenden salzigen und erdigen Stoffe niemals nachtheilig, sondern durch ihre auflösende Kraft nur vortheilhaft einwirken.

4) Seine Farb-, Geruch- und Geschmacklosigkeit, so wie vorzüglich seine Schwere, Theilbarkeit, Durchdringlichkeit u. s. w. tragen gewiß viel zu der ausgezeichnet wohlthätigen Wirksamkeit desselben bei, wenn wir es auch noch nicht gehörig zu erkennen und genau anzugeben im Stande sind.

Die hier angegebenen Eigenschaften bestimmen nach ihrem vorhandenen Maße die Güte des Wassers, und seine Tauglichkeit zum Gesundheitszwecke. Vereinigt bilden sie dasjenige, was man frisches Wasser heißt. Nur das frische Wasser enthält die den Lebensproceß so wirksam fördernde Kohlensäure.

Zweites Hauptstück.

Wirkungen des kalten Wassers als Getränk*).

Die allgemeine Erfahrung lehrt, daß Wassertrinker stärker und gesünder, in allen Verrichtungen gelenkiger, hurtiger und munterer sind, größeren Appetit und bessere Verdauung haben, und gegen ein Heer von Krankheiten des Ober- und Unterleibes geschützt werden, denen wir Bier- und Weintrinker unterworfen sehen. Woher mag dieß kommen? Zur Beantwortung dieser Frage dürfen wir nur die Wirkungen etwas näher betrachten, welche das Wasser, vermöge seiner Kälte, Flüssigkeit u. s. w. von dem Augenblicke seiner Aufnahme in den Mund bis zu seiner Verbreitung in die entferntesten Theile des Körpers hervorbringt. Schon in der Mundhöhle äussert es seinen vortheilhaften Einfluß, indem es das

*) Absichtlich rede ich im Verlaufe dieses Buches von dem kalten Wasser meist nur bezüglich auf dessen alleinigen, inneren oder äusseren Gebrauch, wie er sich an Gesunden oder doch solchen Menschen darstellt, die bloß an leichten Unpäßlichkeiten leiden, also nur insofern es das wesentlichste Diät- und Gesundheit-Erhaltungs-Mittel ist. Hievon ist durchaus das zu unterscheiden, was man die Kaltwasserkur nennt, und insbesondere die Gräfenberger Wasserkur. Diese besteht nicht blos in der ganz eigenthümlichen Methode, wie Prießnitz das kalte Wasser in den mannigfachsten Formen anwendet, sondern großentheils auch in dessen Verbindung mit dem Schwitzen, welches in sehr vielen Fällen die unerläßliche Bedingung, aber auch die nützlichste Beihülfe seiner staunenswerthen Erfolge ist.

Zahnfleisch stärkt und vor Lockerheit bewahrt, das Unreine, die Reste der Speisen u. dgl. von den Zähnen abspühlt, und sie fest, scharf und weiß erhält. Indem es an den Wänden des Schlundes und der Speiseröhre hinabgleitet, stärkt und kräftiget es diese Theile und mindert die Anlage zu Entzündungen. Im Magen angekommen, bewährt es erst recht seine reinigenden, verdünnenden, auflösenden und stärkenden Eigenschaften. Gleichwie es die ihm zugeführten Speisen auflöset und daraus einen guten Nahrungssaft erzeugt, löset es auch alles Unbrauchbare und Schädliche, allerlei salzige, erdige, schwefeligte Stoffe auf, und treibt sie als Dunst, Schweiß und Harn heraus. Wie seine angenehm kühlende Eigenschaft es zu dem zweckmäßigsten, durstlöschendsten Getränke macht, so gibt es auch kein vortrefflicheres Mittel, die Verdauung zu befördern, Stockungen und Verstopfungen zu verhindern, und bereits gebildete Anschoppungen zu beseitigen. Selbst Gifte kann es, in genugsamer Menge getrunken, ihrer tödtlichen Kraft im Magen berauben, gleichwie ein Tropfen des stärksten Scheidewassers, der als solcher die Haut durchlöchert, mit wenigem Wasser gemischt, die ätzende Kraft verliert. Zugleich erfrischt, belebt, stärkt und reiniget es die Eingeweide, Herz, Lunge, Leber u. a.; es verhilft dem Blute und den Säften zum gleichen und freien Fortgang durch alle Adern und Kanäle bis in die kleinsten Röhrchen der Ausführungswege, und fördert die Ausscheidung alles Unbrauchbaren und Nachtheiligen, theils durch den Harn, theils durch vermehrte Transpiration. Durch die nun ungehinderte Verdauung und den freien Blutumlauf werden

nothwendig die Muskeln und Nerven gestärkt; kurz alle Lebens- und Leibesverrichtungen erhalten durch kaltes Wasser einen freien und regelmäßigen Gang; und darin besteht ja — die Gesundheit.

2) Vernehmen wir, was Hufeland, der Nestor der deutschen Aerzte, in seiner Makrobiotik vom kalten Wasser sagt: „Das beste Getränk ist das Wasser, dieses gewöhnlich so verachtete, ja von Manchen für schädlich gehaltene Getränk. Ich trage kein Bedenken, es für ein großes Mittel zur Verlängerung des Lebens zu erklären. Aber die Hauptsache ist, es muß frisch seyn; denn jedes Brunnenwasser hat so gut, wie das mineralische seinen Brunnengeist, wodurch es eben verdaulich und stärkend wird. Reines und frisches Wasser hat folgende wesentliche Vorzüge, die uns gewiß Respect dafür einflößen können: Es ist das größte, ja das einzige Auflösungsmittel in der Natur; es ist durch seine Kälte und fixe Luft (Kohlensäure) ein vortreffliches Stärkungs- und Belebungsmittel für den Magen und die Nerven; es ist ein herrliches Galle und Fäulniß tilgendes Mittel wegen der vielen fixen Luft und der salzigen Bestandtheile, die es enthält; es befördert die Verdauung und alle Absonderungen des Körpers. Ohne Wasser gibt es keine Excretion. Da, nach den neuern Erfahrungen, Sauerstoff ein Bestandtheil des Wassers ist, so trinken wir wirklich neuen Lebensstoff, wenn wir Wasser trinken." An einem andern Orte sagt er: „Man hat schon viel von Universalmitteln gesagt und geschrieben; aber ich glaube, wir finden das sicherste und bequemste in je-

dem hellen Wasserquell im Schoße der ewig jungen, ewig neu belebenden Natur.“*) —

Man höre, was der verehrungswürdige Greis, der k. preuß. Generalchirurg Theden, erzählt: er schreibt sein mehr als 80jähriges Leben hauptsächlich dem täglichen Genuß von 7—8 Maß frischen Wassers zu, dem er seit mehr als 40 Jahren sich ergab. Zwischen dem 30. und 40. Jahre der ärgste Hypochondrist, bisweilen bis zur tiefen Melancholie, litt er an Herzklopfen, Unverdaulichkeit ꝛc. und glaubte kein halbes Jahr mehr leben zu können; aber von der Zeit an, daß er diese Wasserdiät anfing, verloren sich alle diese Zufälle, und er war in der spätern

*) Der geneigte Leser bemerke hier, daß es ein Hufeland ist, welcher von einem Brunnengeiste des Wassers und von dem letzten als einem Universalmittel spricht. Jeder Leser der Makrobiotik hat beide Ausdrücke, da sie aus dem Munde eines besonnenen Mannes kamen, nur in einem vernünftigen Sinne gedeutet; doch wurden diese auf Erfahrungen gestützten Behauptungen viel zu wenig beherzigt. In neuerer Zeit ließ Prof. Oertel sich verleiten, diese wichtigen Urtheile dem deutschen Publikum nachdrücklicher einzuschärfen; sogleich deutete man sie unvernünftig aus und machte den würdigen Mann lächerlich. Selbst Aerzte wollen nichts mehr von einem Universalmittel wissen, am wenigsten, wenn es im Kaltwasser will gefunden werden. Und doch hat man von der ältesten Zeit her nach einem solchen gesucht! vor Kurzem erst fand es Dr. Held in Prag wieder in Ettingshausen electro-magnetischem Apparat, und schon vor Hufeland haben große Aerzte das Wasser als ein solches gepriesen. Alles will also cum grano salis verstanden seyn, sollen nicht Weise für Thoren erklärt und dadurch wir selbst — thöricht werden.

Hälfte seines Lebens weit gesunder als in der frühern, und völlig frei von Hypochondrie. —

3) Das kalte Wasser entspricht jeder Art von körperlicher Beschaffenheit, jedem Alter, jedem Geschlecht und jeder Zeit.

Nach den alten Aerzten gibt es vier Arten von Leibesbeschaffenheiten (Temperamente), die vollblütige (sanguinische), die vollgallige (cholerische), die schwerblütige (melancholische) und die zähblütige (phlegmatische). Der Sanguiniker ist leicht erregbar und beweglich, aber ohne Dauer, empfänglich für jeden Reiz, aber ohne Thatkraft und Festigkeit des Charakters. Wegen seiner vorherrschenden Vollblütigkeit und Neigung zu Blutaufregungen und hitzigen Krankheiten muß er alle erhitzenden und viel Blut erzeugenden Speisen und Getränke meiden, dafür aber reichlich Wasser trinken, um seine Wallungen zu dämpfen und den ruhigen Umlauf des Blutes und der Säfte zu befördern. — Der Melancholiker, als Gegensatz des Sanguinikers, hat zwar wenig Erregbarkeit und Empfänglichkeit, aber um so tieferes Gefühl und beständigeres Festhalten des einmal Gefaßten, daher wird er eben so leicht hartherzig und eigensinnig als trübsinnig und schwermüthig, da er dickes Blut und Neigung zu Verstopfungen, besonders im Unterleibe und zu Hämorrhoidalbeschwerden hat, muß er alle scharfen, schweren und blähenden Speisen um so sorgfältiger vermeiden, und oft und viel Wasser trinken, um das Blut und die Säfte zu verdünnen, und den Unterleib rein und offen zu erhalten. Beim Choleriker ist die

Erregbarkeit eben so groß, als heftig und dauernd die Wirkung; er ist gleich lebhaft und stark im Empfinden wie im Handeln, daher leidenschaftlich und jähzornig. Wegen seines vorherrschenden Leber- und Gallensystems hat er Neigung zu gallen- und andern entzündlichen Krankheiten, und muß daher alles anwenden, um Milde der Säfte, kühles Blut und Verminderung der Reizbarkeit und der Gallenerzeugung zu befördern; mithin ist auch hier viel Wassertrinken Hauptbedürfniß, und mehr Pflanzenkost als Fleisch, auch Vermeidung der Gewürze und geistiger Getränke zu empfehlen. Beim Phlegmatiker endlich, dem Widerspiel des Cholerikers, ist ebensowenig Erregbarkeit und Empfindung, als Kraft, dagegen Hang zur Ruhe und Trägheit, Schlaffheit des Körpers, Verschleimung, Verstopfung der Eingeweide u. a.; auch ihm wird bei einer mehr reizenden Kost das Wassertrinken gut bekommen, damit sein langweiliger Schildkrötenpuls beschleunigt und der Verschleimung u. a. entgegen gewirkt werde.

Das Wasser sagt jedem Alter zu. Für den Säugling ist zwar die Muttermilch die allergesundeste Nahrung: hier und da wird aber ihre Zähigkeit und Schärfe dem Kinde allerhand kleine Unpäßlichkeiten zuziehen, die sich durch frisches Wasser leicht beheben lassen, da es die Milch verdünnt und die Ausscheidung und Absonderung des Schädlichen fördert. Kann aber die Mutter nicht selbst stillen, o so gebt ihm Wasser zu trinken, Wasser mit Milch vermischt, nur nicht mit andern reizenden und erhitzenden Stoffen, oder gar mit Kaffee und Wein! *)

*) Siehe das 4te Hauptstück.

Glaubt mir, sie werden gedeihen, an Leib und Seele gedeihen, ja unendlich besser gedeihen, als bei gemietheter Ammenmilch. Die besten Ammen taugen wenig; laßt sie untersuchen, so viel ihr wollt, ihr seyd nie sicher, daß eure Kinder nicht an Körper und Geist vergiftet werden, oder wohl gar beides zugleich. Glaubt man aber doch zu Ammen seine Zuflucht nehmen zu müssen, so stehe man wenigstens von dem üblen Gebrauch ab, ihnen Bier zum gewöhnlichen Getränke zu geben, welches bei ihrer besseren Nahrung und mehr sitzenden Lebensart eine für den Säugling zu fette und somit schwer verdauliche Milch erzeugt. Das beste Getränk ist hier abermals frisches Wasser; man sorge dafür, daß die Amme, so oft sie das Kind anlegt, besonders in der Nacht, zuvor frisches Wasser trinke, und allezeit die Brust damit reinige; je fleißiger sie dieses befolgt, desto sicherer wird sie sich vor jeder Stockung der Milch in der Brust und ihren Säugling vor Kinderschnupfen und andern Uebeln bewahren.

Im Knabenalter erregt Ueberfluß an Nahrungssaft und Dicke der Säfte oft Katarrhe und andere Uebel; um ihnen vorzubeugen, gebe man Knaben und Mädchen frisches Wasser zu trinken. Man erzeuge einen Wetteifer im Trinken und Baden unter den Kindern, belohne die willigsten, die fleißigsten darin. Es versteht sich, daß das eigene Beispiel der Eltern und Lehrer am wirksamsten zur Nachahmung reizt.

Der Jüngling besonders wird bei seinem feurigen Blute wohl eher bedacht seyn müssen, seine Aufwallungen durch vieles Wassertrinken zu dämpfen und

zu unterdrücken, als sie mit Wein u. dgl. zu erregen und zu befördern, und Oel ins Feuer zu gießen. Junge Leute, die Wein oder Bier „wie Wasser" trinken, sind schon an und für sich ein häßlicher Anblick; sie legen damit einen Grund zu künftigen Ausschweifungen und einem frühen schmerzlichen Tode.

Das männliche Alter ist mehr zu Entzündungen und Fiebern, so wie das [illegible]er Greisenalter zu Verhärtungen und Verstopfungen neigt, wogegen kaltes Wasser alle mögliche Hilfe leistet. Nur der häufige Wassertrunk stärkt, erhält und verjüngt. Leute die alt geworden, und gleichwohl wenig Wasser getrunken, sind nur eine Ausnahme, dergleichen die Natur zuweilen macht. Diese Ausnahme verschwindet gegen die zahlreichen Beispiele eines frühen Todes oder einer langen Krankheit, welche die Scheu vor dem Wasser zur Folge hat. *)

*) Es ist einer der verderblichsten, doch gemeinsten Trugschlüße, daraus, daß eine Sache gewissen Personen, in gewissen Fällen nicht geschadet, schon zu folgern, daß sie auch andern nicht schaden werde, daß sie überhaupt unschädlich sey. Die Natur ist eine so wohlthätige, unermüdliche Helferin ihrer Kinder, daß sie oft auch die größten Thorheiten glücklich verbessert. Günstige Umstände, die man selten zur deutlichen Erkenntniß bringt, erklären meist die auffallende Erscheinung. Und wie oft schadete das letztemal doch eine verkehrte Handlung, die man unzähligemal ungestraft geübt. Wieder andere würden von den ihnen verliehenen Lebensgaben noch weit nützlicheren Gebrauch gemacht haben, wenn sie damit weise gehaushaltet hätten. Also nicht von einzelnen Fällen schließe man auf die Regel, sondern man erforsche die Natur der Dinge, und übereinstimmend mit dieser, richte man das Handeln ein.

Das kalte Wasser sagt auch jedem Geschlechte, besonders dem weiblichen, in den ihm eigenthümlichen Zuständen zu. So sollte in der Periode der monatlichen Reinigung, wo ohnehin der ganze Körper in Aufruhr ist, kein anderes Getränk, als frisches Wasser genossen werden, das weder reizt noch erhitzt, im Gegentheil kühlt und besänftigt. Für Schwangere kann bei einer übrigens zweckmäßigen Lebensweise nichts zuträglicher seyn, als kaltes Wasser; bei dessen Genuß werden alle in den Verdauungswegen erzeugten Unbequemlichkeiten, die Kopfschmerzen und Athmungsbeschwerden sie viel weniger belästigen, da es die Säfte wohlthätig verdünnt, und die während der Schwangerschaft so unthätige Ausdünstung und Urinabsonderung befördert. Gebährende und Wöchnerinnen werden sehr wohl thun, die vielerlei Thee, besonders den für sie so nachtheiligen Kamillenthee, den man ihnen geschäftig und wohlmeinend zu reichen pflegt, zu meiden, und sich blos ans frische Wasser zu halten, welches bekanntlich dem Durste, der Hitze und der Aufregung des Blutes am besten begegnet. Für Stillende hat die gütige Natur im eigenen Körper so viel Leben und Thätigkeit erweckt, als nöthig ist, das neugeborne Kind hinlänglich mit Milch zu versehen. Sie bedürfen hiezu allerdings reichlicherer Nahrung; allein da nur die gut verdauten Speisen wirklich nähren, und Kraft geben, so kann auch nur Wasser als das beste Verdauungsmittel die Milch nahrhaft und gesund machen; kaltes Wasser bleibt auch für sie das zweckmäßigste Mittel zum Durstlöschen, zum Verdauen, zum Milcherzeugen und zum Gesundbleiben.

Daß künstliche Getränke, z. B. Bier, in Bezug auf das Kind, wo nicht immer schädlich, doch stets überflüßig sind, wird im nächsten Hauptstück ersichtlich werden. Endlich in dem von so vielen Frauen gefürchteten Zeitpunkte, wo die Natur sich ändert und die monatliche Reinigung aufhört, sagt nichts so ausgezeichnet wohlthätig zu, als der Genuß des kalten Wassers, und Frauen, die sich daran schon früher gewöhnt haben, oder auch jetzt erst ihre Zuflucht dazu nehmen, werden von diesem Uibergange nichts feindseliges befürchten dürfen, oder doch wenigstens den schädlichen Einfluß desselben mäßigen und beschränken können.

Das kalte Wasser entspricht auch jeder Zeit, sowohl Jahres- als Tageszeit. Im Sommer kühlt und erfrischt es, indem es den Wärmestoff des Körpers bindet, daß seine Temperatur zu einem niedrigern Grade herabsinkt; in größerer Menge befördert es die Ausscheidung des Schweißes, der durch Wegdünsten von der Haut Kühlung verursacht. Im Winter macht es, daß die verdünnten Säfte in lebhafterem Kreislauf durch die Adern und Lungen strömen, wodurch sich ein größerer Theil der eingeathmeten Luft zersetzt, der Sauerstoff vom Blute eingesogen und der Wärmestoff frei wird, der die animalische Wärme vermehren hilft. Am Morgen ersetzet es den Abgang bei Nacht, befördert die Aussonderungen durch Stuhl, Harn, Schleim u. s. w. und macht munter und aufgelegt zur Arbeit. Bei der Mahlzeit schärft es den Geschmack, verdünnt den Speisebrei, und macht das Genossene zur Verdauung tauglicher; Nachmittags, ein paar Stunden nach dem Es-

sen, erleichtert und vollendet es die Verdauung. Am Abend vor dem Schlafengehen, macht es ruhigen Schlaf und vertreibt die Blähungen.

Hufeland sagt in seinen „Lebensregeln“:

Das Wasser ist der beste Trank,
Es macht fürwahr dein Leben lang;
Es kühlt und reiniget dein Blut
Und gibt dir frischen Lebensmuth.

Drittes Hauptstück.

Wirkungen des kalten Wassers als Bad und Waschung.

Die den menschlichen Körper umgebende Hülle, die Haut, dient demselben nicht nur zur Bedeckung und zum Schutze gegen nachtheilige Einflüsse von Aussen, sondern sie ist zugleich eines der wichtigsten Organe, dessen unaufhörliche Thätigkeit und Einwirkung auf die innern Organe eine wesentliche Bedingung des Gesundseyns ist; dessen Vernachlässigung in neueren Zeiten aber eine noch zu wenig erkannte Quelle vieler Krankheiten geworden ist.

Indem sich die Enden der Nerven, dieser Werkzeuge der Empfindung, in die kleinen zahllosen Gefäße, womit unsre Haut versehen ist, hineinziehen, wird dieselbe der Sitz des Gefühles, als des allgemeinsten Sinnes, der uns mit der äußern Natur, und besonders mit der atmosphärischen Luft in stete Verbindung setzt. Daher hängt die größere oder geringere Empfänglichkeit für Körperleiden so sehr von der Beschaffenheit der Haut ab, und daß viele Menschen für die geringste Veränderung des Wetters, ge-

gen jedes Zuglüftchen so empfindlich sind — man nennt es die rheumatische Anlage, — rührt, so wie die große Neigung zum Schwitzen, die Andere beständigen Erkältungen aussetzt, hauptsächlich von der verminderten Hautstärke her.

Eine fernere höchst wichtige Bestimmung der Haut ist, durch die Millionen kleiner Oeffnungen (Poren oder Schweißlöcher), womit sie wie besäet ist, theils dem Körper allerlei zum Lebensprozeß geeignete, feine und belebende Bestandtheile aus der Luft unaufhörlich zuzuführen, theils ununterbrochen die feinsten Flüßigkeiten, d. h. diejenigen abgenützten Stoffe, die zur Ernährung des Körpers nicht mehr taugen, auf unbemerkbare Weise in Dunstgestalt auszuscheiden. Diese Absonderung (Transpiration) ist mit dem Leben selbst und dem Blutumlaufe unzertrennlich verbunden, durch sie wird unserem Körper bei weitem der größte Theil alles Verdorbenen entzogen. Die von Sanctorius in Venedig ein ganzes Menschenleben hindurch angestellten Versuche gaben im Allgemeinen das Resultat, daß bei 8 Pfund Speise und Getränk, welche ein gesunder Erwachsener täglich zu sich nimmt, ein Abgang von 5 Pfund durch die unmerkliche Ausdünstung und eine Ausleerung von 3 Pfund durch den Stuhl und Harn stattfinden. Ist aber die Haut in ihren Verrichtungen gestört, ist sie schlaff, verstopft und unthätig, so bleiben diese nicht mehr brauchbaren Stoffe im Körper zurück, und erzeugen Verderbniß, Schärfe der Säfte, und dadurch allerlei Krankheiten. Je freier daher die Thätigkeit der Haut ist, je besser diese unmerkliche Ausdünstung von statten geht, desto weniger hat man von Katarr-

hen, Rheumatismen und andern Uebeln zu besorgen; ja es ist hieraus vollkommen erklärlich, wie oft die gefährlichsten Krankheiten durch das Hervorbrechen eines starken und häufigen Schweißes, wodurch der Körper sich seiner krankhaften und schädlichen Stoffe entledigt, gebrochen und gehoben werden. Wie wird man aber die ausdünstenden Poren anders in freier Thätigkeit erhalten, wie dieses Hautleben wohlthätiger begünstigen und befördern können, als durch Reinigung mit kaltem Wasser, durch Waschen und Baden?

Dieß wußten unsere Vorfahren; sie benahmen sich darnach, und genossen einer viel kräftigeren und dauerhafteren Gesundheit. Allein in unserer sonst so erleuchteten, in allen Zweigen menschlichen Wissens und Wirkens so weit vorgeschrittenen Zeit, ist leider gerade die Hautcultur, die Beförderung des Hautlebens durch Waschen und Baden, gänzlich vernachläßiget worden, so daß Hufeland schon vor mehr als 40 Jahren sich beklagte, „daß bei weitem die meisten Menschen, außer dem Bade — der heil. Taufe, in ihrem ganzen Leben die Wohlthat des Badens nicht mehr empfingen.“ Zwar halten wir auch jetzt noch fest an der Gewohnheit, täglich Gesicht und Hände mit kaltem Wasser zu waschen, als dem einzigen Ueberreste der wohlthätigen Sitte des Waschens und Badens, die unsere Voreltern am ganzen Körper geübt; weiter erstreckt sich aber unsere Sorgfalt für Reinlichkeit nicht! Den ganzen übrigen bei weitem größeren Theil des Körpers lassen wir unbeachtet, als bedürfte er der Reinigung darum nicht, weil er bedeckt ist! Wir bedenken dabei nicht, oder wollen nicht bedenken, daß auch an dem übrigen Körper

durch sein ununterbrochenes Ausdünsten, und sein merkliches oder unmerkliches Schwitzen, der Unreinlichkeit, des Schmutzes genug erzeugt wird, der, wenn nicht fleißig abgewaschen, auf der Haut hangen bleibt, sie verstopfen und unthätig machen, endlich allerlei Härte und Sprödigkeiten erzeugen muß; ja wir erschlaffen und schwächen sie nur noch mehr durch warme Bekleidung, Federbetten und durch das Waschen mit lauem oder warmem Wasser. Wir erkennen zwar auch den wohlthätigen Einfluß des kalten Wassers auf die Gesundheit und Reinlichkeit, und halten deßhalb streng auf das Waschen und Baden — bei unserm Vieh; die Pferde müssen in sorgfältigen Haushaltungen täglich gestriegelt, geschwemmt und gereiniget werden, daher ihr Fell so weich und glänzend wird; unsere Hunde führen wir fleißig in den Bach, sie zu waschen und zu baden, und sorgfältig sehen wir darauf, daß es unserm Geflügel nicht an Wasser gebreche: von uns selbst aber, und von unsern Kindern halten wir durch eine unbegreifliche Verblendung diese Wohlthat eben so sorgfältig ab; werden diese schwach und kränklich, so sind wir weit entfernt, die einzige und wahre Ursache des Uebels in der unterlassenen Hautreinigung und Hautbelebung zu suchen und auch nur zu ahnen. Sind wir hierin auch aufgeklärt?*)

*) Unsere Damen nehmen sogar zur Gewinnung einer schönen feinen Haut viel eher zum Köllner- und andern gebrannten Wassern als zum reinen frischen Brunnenwasser ihre Zuflucht, ohne zu bedenken, daß gerade dadurch die Haut ihre Spannkraft und Geschmeidigkeit verliert, und durch die Hitze und Schärfe dieser künstlichen Flüßigkeiten,

Aber auſſer der Reinigung der Haut und Beförderung der Ausdünſtung erzeugt der äuſſere Gebrauch des kalten Waſſers als Bad und Waſchung noch viel andere heilſame und wohlthätige Wirkungen. Der nächſte Eindruck, den ein kaltes Bad, vermöge der Erſtwirkung der Kälte, wie bereits im erſten Hauptſtück erklärt worden, auf den Körper macht, iſt zwar allerdings etwas unangenehm und zurückſchreckend, da es Wärme raubt, die Theile ſtärker zuſammenzieht, Blut und Säfte nach Innen treibt, und dadurch Kälte, oft Schauer, Zittern der Glieder und Beklemmung der Bruſt erregt: aber bald darauf beginnt die im Innern aufgeregte Lebensthätigkeit wohlthätig wieder nach außen zurückzuwirken; die Spannung verſchwindet, die Wärme kehrt in vermehrtem Grade zurück, der Kreislauf des Blutes wird befördert, die Ab- und Ausſonderungen nehmen zu, Nerven und Muskeln werden geſtärkt, und der ganze Körper wird wohlthätig erfriſcht, erquickt und neubelebt. Ja was vermag unſern, leider ſchon von Jugend an verweichlichten und verzärtelten, für jeden Luftzug, jeden Temperaturwechſel und jede Wetterveränderung ſo äußerſt empfindlichen Körper kräftiger und ſicherer gegen ſolche ſchädliche Einflüſſe

---

die von ihr eingeſogen werden, gleichwie der ganze Körper zu allerlei Krankheiten geneigt wird, während das Waſſer, frei von allen ſcharfen und nachtheiligen Beimiſchungen allein fähig iſt, nicht nur jede Unreinigkeit von der Haut fortzuſchaffen, ſondern ſie auch zur Verrichtung ihrer wichtigen Funktionen geſchickt zu machen, und ihr Geſchmeidigkeit und eine lebhafte Farbe zu verleihen.

zu schützen, abzuhärten und zu kräftigen, als kalte Waschungen und Bäder? deßhalb rühmt Hufeland mit Recht von dem Bade: „Es reinigt und belebt nicht nur die Haut, sondern erfrischt und erheitert auch die Seele und den Leib; es stärkt und verwahrt gegen die Einflüsse der wechselnden Luft und Witterung; es erhält die festen Theile geschmeidig und die Gelenke biegsam; es verlängert die Jugendkraft, und entfernt die Altersschwäche."

Aus demselben Grunde riethen schon die ältesten Aerzte, die Kinder zwar nicht gleich nach der Geburt in kaltes Wasser zu tauchen, wie es die Russen und andere kräftige Völker zu thun pflegen, aber von frühester Jugend an, nach und nach mit dem kalten Wasser vertraut zu machen, sie täglich von Kopf bis zu Fuß kalt zu waschen, und im Winter zuweilen, im Sommer aber um so öfter kalt zu baden, weil nichts geeigneter ist, sie gegen Erkältungen und andere nachtheilige Einflüsse des Temperatur- und Witterungswechsels unempfindlicher zu machen, nichts ihnen die Geradheit und Schönheit der Glieder besser zu sichern, nichts sie mehr abzuhärten und zu kräftigen, und nichts sie vor allerlei Krankheiten und Hautübeln so zweckmäßig zu schützen vermag, als kalte Waschungen und Bäder. Du aber liebende und zärtliche Mutter! wenn das Wohl deines geliebten Kindes dir wirklich am Herzen liegt, sey muthig und stark; ersticke — den unausbleiblich heilsamen Folgen zu Liebe — für den Augenblick die Regungen des falschen Mitleids und der allzusorglichen Mutterzärtlichkeit; kehre dich nicht an das anfänglich heftige Weinen und Schreien des Kindes! Glaube mir getrost, mit jedem Tage

wird die Heftigkeit des Schreiens nachlassen und abnehmen, und werden der bittern, dich so betrübenden Thränen weniger werden. Willst du jedoch diesen Ausbruch des Schmerzes, der theils von der plötzlichen Kälte des Wassers, theils von dem Schwamme, der ihm über Nase und Mund herumfahrend seinen Athem belästigt, herrührt, wo nicht ganz beseitigen doch sehr mindern: so gebrauche die Vorsicht, zuerst laues, dann immer kühleres, und erst in der Folge ganz kaltes Wasser zum Waschen und Baden zu nehmen, und anfänglich den Schwamm ganz wegzulassen und statt dessen der flachen Hände dich zu bedienen, sie recht oft ins Wasser zu tauchen, und damit schnell den ganzen Leib des Kindes sanft reibend abzuwaschen. Diese die Thätigkeit der Haut belebenden und Wärme erzeugenden sanften Reibungen kannst du, sonach sehr bald, ohne dem Kinde wehe zu thun, mit dem frischesten Wasser vornehmen, und es allmählig gewöhnen, diese Art Abwaschung endlich selbst vorzunehmen. Da Kinder ohnehin gern im Wasser plätschern und spielen, so wird dieß bald ein Vergnügen, ja ein tägliches Fest für dein Kind werden, und viel eher als du glaubst wird weder der volle Schwamm, noch das kälteste Wasser ein Gegenstand des Schreckens mehr für dasselbe seyn; sein blühendes Aussehen, sein munteres, lebendiges Wesen, sein gerader Wuchs und seine zunehmende Kraft und Schönheit, wird deine anfänglich darauf verwendete Bemühung reichlich und segensvoll lohnen. — Ich kann hier nicht umhin, folgendes Büchlein, das Hufeland schon vor 40 Jahren geschrieben: „Guter Rath an

Mütter über die wichtigsten Punkte der physischen Erziehung der Kinder in den ersten Jahren, nebst einem Unterricht für junge Eheleute, die Vorsorge für Ungeborne betreffend" (Basel und Leipzig 1830 3te Auflage), als ein wahres Kleinod zu empfehlen. Unter den zahlreichen Hinweisungen auf den fleißigen Gebrauch des kalten Wassers heißt es Seite 14: „Die erste und wichtigste Regel ist: Man wasche alle Morgen das Kind von Kopf bis zu den Füssen mit kaltem Wasser." Hierunter will er aber (Seite 17) nicht kaltes Baden, sondern nur das schnelle Abwaschen und Abreiben der Kinder mit kaltem Wasser verstanden haben. Für eben so wichtig hält er die zweite Regel (S. 18): Man bade das Kind anfangs alle Wochen ein oder zweimal lauwarm (etwa in 24° Reaum. S. 30); nur setzt er Seite 32 hinzu, daß man mit zunehmendem Alter und Kräften den Grad der Wärme immer zu vermindern habe. Gleich empfehlenswerth, und unsern Hufeland hie und da wirklich berichtigend sind Dr. B. W. Becks in Gesprächsform zwischen zwei angehenden Eheleuten gegebene „Belehrungen über körperliche, sittliche und geistige Kindererziehung für den Zeitraum von der Geburt bis zum fünften Lebensjahre," nebst Abbildung eines neuen (wirklich einfachsten) Badeapparats. Berlin, Luderitz 1838 2te Auflage. Gewiß nicht ohne Nutzen wird man lesen Prof. Oertels: „Warum sterben so gar viele Kinder schon in ihrem ersten Lebensjahre? und wodurch kann man dieses Uebel verhüten?" Nürnberg 1838. Der unermüdliche Wasserfreund schrieb diese wenigen Blätter, um zu zeigen, wie viel einfacher, sich diese von der Mos-

kauer ökonomischen Gesellschaft 1834 gestellte und von Dr. Lichtenstädt, Dr. Rau, Dr. Frohbeen, Staatsrath Michailow und Dorfpriester Sylvansky beantwortete (insgesammt gekrönt) Preisfrage durch die Hydriasie erledigen lasse. Von Hufeland und Oertel wird noch ausdrücklich dabei bemerkt, daß sie ihre mitgetheilten Lehren an ihren eigenen Frauen und Kindern in Ausübung gebracht und erprobt haben. Möchten sie viele Nachahmer finden!

Aber nicht blos Kinder, Knaben und Mädchen, sollte man zu täglichen Waschungen des ganzen Körpers und zu öfterem Baden in kaltem Wasser anhalten; auch die Erwachsenen jeglichen Alters, Geschlechts und Temperaments werden unendlich wohl daran thun, endlich die kindische Furcht und Scheu vor dem kalten Wasser abzulegen, und durch tägliches Waschen und Begießen des ganzen Körpers das Versäumte nachzuholen, um dadurch nicht nur die Haut zu cultiviren, und die regelmäßigen Ab- und Aussonderungen des Körpers zu befördern, sondern auch um aller andern erwähnten Vortheile durch Stärkung und Abhärtung des Körpers und Schutz vor Erkältungen, rheumatischen, gichtischen und vielen andern Uebeln theilhaftig zu werden. Zur Erhaltung der Gesundheit genügen hiezu im Winter täglich kalte Waschungen und Begiessungen mit kaltem Wasser; im Sommer aber sind theils ganz kalte, theils Flußbäder sehr zu empfehlen. Diesen letztern verleihet die immerwährende Erneuerung des Wassers, die elektrische Einwirkung desselben, die Bewegung der Wellen, die freie Luft und der Spielraum, den sie allen Körperbewegungen gestatten, besondere

Vorzüge, die ihre heilsame Einwirkung auf den Körper sehr vermehren.

Viertes Hauptstück.

Von den geistigen Getränken und den Erfordernissen einer vernünftigen Lebensweise oder Diät.

Da alte Sitte und Herkommen, Gewohnheiten und Vorurtheile die geistigen Getränke, vorzüglich Bier, Wein und Kaffee, zu wesentlichen Bestandtheilen und Haupterfordernissen aller unserer Mahlzeiten, Festgelage, Gastereien, geselligen Unterhaltungen und Zusammenkünfte gemacht haben: so wäre es ein eben so mißliches als vergebliches Unternehmen, wenn ich zu strenge Justiz an ihnen üben, und sie des Attentats gegen Menschenleben überweisen, und als Räuber und Todtschläger zu ewiger Haft oder zur Landesverweisung verurtheilen wollte. Ich würde alle meine Leser und Leserinnen in Harnisch gegen mich bringen und der Einführung meines Wasser-Cultus mehr schaden als nützen. Daher und besonders, weil ich selber ein Evenskind bin, das gerne in den verbotenen Apfel beißt, d. h., da ich recht gern hie und da ein Glas gutes Bier und ächten Wein, und eine Schale Kaffee trinke, muß ich schon Gnade für Recht ergehen lassen, und erkläre hiemit, daß wenn ich gegen sie zu Felde ziehe, und ihre schädlichen Wirkungen rüge, mein Tadel und Vorwurf nicht ihren seltenen und mäßigen, sondern blos ihren über- und unmäßigen, so wie ihren täglichen und

überhaupt reichlichen Genuß trifft und treffen soll. Ja, wer seit Jahren gewohnt ist, zum Frühstück Kaffee mit Milch oder Rahm, und zu Tische Bier oder gewässerten Wein zu trinken, und sich dabei gesund fühlt, der möge immerhin dabei bleiben. Dagegen möge man mir versprechen, sobald man sich unwohl fühlt, und von Unverdaulichkeit, Blähungen und dergleichen geplagt wird, sich hinsichtlich dieser Genüße ein kleines Fasten aufzulegen und während des Uibelbehagens kein anderes Getränk als frisches, kaltes Wasser sich zu erlauben, und dieses auch über Durst zu trinken.

1. Wein. Dieses aus dem Safte der Trauben durch Gährung gewonnene Produkt verläugnet seinen Ursprung ganz und gar, und hat mit jenem weder Farbe, Geruch und Geschmack, noch sonstige Beschaffenheit und Wirkung gemein. Der Traubensaft, auch dem nüchternen Moslim erlaubt, ist eine milde süße, schleimige und geistlose Flüßigkeit; der Wein dagegen ein mehr herbes und säuerliches, dabei aber auch geistiges, feuriges und berauschendes Getränk, das schon hinsichtlich dieser letzten Eigenschaft dem Menschen so gefährlich wird, und in physischer wie moralischer Hinsicht sehr viel Böses stiftet; wie denn schon Salomon sagt: „in der Trunkenheit wohnet Aufruhr, und keiner wird weise, der sich darin erfreut.“ Daß der Wein dem menschlichen Körper zu seiner Erhaltung in keinem Falle unentbehrlich ist, erhellet schon daraus, daß der liebe Gott, der die Erde so reichlich mit allem ausgestattet hat, was wir zu unserer Erhaltung bedürfen, ihn sonst uns gewiß

unmittelbar verliehen, ihn wohl auch in Flüssen rinnen, oder aus Wolken hätte fallen lassen. Er ist aber für die Gesundheit nicht blos unentbehrlich, sondern oft sogar gefährlich, nachtheilig und verderblich, vorzüglich für schwächliche, zarte, empfindliche und reizbare, so wie für alle vollblütige Personen.

Daß der Wein die Verdauung befördere, wie man sich und andern so gerne einredet, um zu dessen Genuß aufzumuntern, das ist schon von den ältesten Aerzten widerlegt worden, welche das Gegentheil bewiesen haben. In der That, wenn man erstens bedenkt, daß Verdauung nichts anderes ist, als Auflösung, Zersetzung und Verarbeitung der genossenen Nahrung zum Speisebrei, der die Ernährungssäfte bildet, und daß, je schneller dieß von Statten geht, desto heilsamer und vortheilhafter es für den Körper ist; zweitens aber erwäget, daß der Weingeist die Eigenschaft hat, thierische Substanzen vor Auflösung und Zersetzung zu bewahren und sie unversehrt zu erhalten, wie man in jedem Naturalienkabinette, und bei jedem Materialisten sehen kann: so muß man allerdings mit Dr. Weikard sagen: „Es ist so gewiß, als etwas gewiß seyn kann, daß der Wein die Auflösung der Speisen hindert, daß er sie härter, und also zur Verdaulichkeit ungeschickter macht u. s. w.“ Durch den bedeutenden Antheil an Weingeist reizt er vorzüglich das Blutgefäß- und Nervensystem, erhöht und vermehrt dessen Thätigkeit, und erzeugt daher Neigung zu Entzündungskrankheiten; sein übermäßiger Genuß verursacht Wallungen, Congestion (Blutandrang), Fieberhitze, Betäubung, Abstumpfung der Sinne, Abgeschlagenheit, Zittern, Schwäche, ja sogar

Verminderung aller geistigen Fähigkeiten. Selbst bei seinem mäßigen, aber anhaltenden Genuße erscheinen diese schädlichen Wirkungen oft über kurz oder lang; es sinkt die Eßlust, die Verdauung wird geschwächt, die Magen- und Gedärmhäute verdichten und verhärten, Leber, Milz und Drüsen verstopfen sich, die Mischung des Blutes verändert sich, und alle Ab- und Aussonderungsorgane werden träger, schlaffer und krankhafter.

Was übrigens die Schädlichkeit oder Unschädlichkeit des Weintrinkens betrifft, kommt es sehr viel darauf an, wer ihn trinkt, und wie und welchen Wein man trinkt. Jungen Leuten bis ins 15te Jahr und darüber, ist er unbedingt schädlich, und selbst nicht ausnahmsweise zum Verkosten zu gestatten, schon deßhalb, um sie nach dessen Genuß nicht lüstern zu machen, was besonders durch süßen Wein so leicht geschieht. Wachsen sie zu Jünglingen und Mädchen heran, die an's Wassertrinken gewöhnt sind, so werden sie ohnehin dem üblichen Tischwein keinen großen Geschmack abgewinnen, und schon aus Vorliebe beim bloßen Wasser bleiben, besonders die Mädchen; jedenfalls wäre nie anderer als gewässerter Wein zu bewilligen; sollten sie aber doch hie und da ein Gläschen reinen, besonders süßen und sehr geistigen Extrawein trinken, so mögen sie ja diese Sünde sogleich durch eine darauf folgende doppelte oder dreifache Menge frisches Wasser büßen. Selbst im männlichen Alter sollten alle schwächlichen, zarten, empfindlichen und reizbaren, so wie alle vollblütigen Personen nur mit Vorsicht und Einschränkung Wein trinken, und durchaus keine tägliche Gewohnheit dar-

aus machen. Menschen von stärkerer Leibesbeschaffenheit und im Alter vorgerückte Personen können allerdings die ihnen zusagende Gewohnheit des täglichen und mäßigen Weintrinkens unbeschadet fortsetzen; aber auch ihnen ist zu empfehlen, wenigstens unter der Mahlzeit den Wein zur Hälfte mit Wasser zu mischen, zum gewöhnlichen Tischtrunk leichte Weine den schweren und feurigen vorzuziehen, besonders aber darauf zu sehen, daß jeder Wein, den sie genießen, echt, rein und unverfälscht sey, da es nicht selten geschieht, daß Wirthe ihren kranken und schlechten Weinen Schwefel, Kreide, Alaun, Bleizucker, und andere der Gesundheit sehr nachtheilige Stoffe beisetzen, um sie, wie man sagt, zu verbessern, sie trinkbarer und wohlschmeckender zu machen. Wer immer aber hier und da etwas mehr als gewöhnlich lauteren Wein getrunken hat, versäume ja nicht, das Feuer, das er angefacht, mit vielem frischen Wasser zu löschen, um den zu besorgenden Nachtheil wo nicht ganz zu beseitigen, doch zu mindern.

Endlich haben jene, denen Wein, und viel Weintrinken zum täglichen Bedürfniß geworden ist, die aber entweder durch eigenen Schaden gewitzigt, oder aus besserer Ueberzeugung zum Wasser zurückkehren wollen, sich vor einem zu plötzlichen und daher nachtheiligen Uebergang zu hüten; sie sollen nur allmählig, indem sie von Tag zu Tag weniger, und immer mehr gewässerten Wein trinken, sich an seine Entbehrung, und an's bloße Kaltwasser gewöhnen. Zuweilen ist es aber wirklich gut und rathsam, dieser schlimmen Gewohnheit durch kräftigen Entschluß mit Einem Mal den Garaus zu machen.

2. Bier. Dieses ebenfalls durch Gährung erzeugte geistige Getränk ist im Grunde nichts anderes als eine Art Wein aus Getreid. Vermög seiner mehr nährenden und weniger geistigen Bestandtheile hat es jedoch viel mildere Eigenschaften als der Wein, und wird mäßig genossen nicht schaden, am wenigsten der thätigen und arbeitsamen Menschenklasse, die sich viel körperlich bewegt; schädlich aber ist sein anhaltender und häufiger Gebrauch allen phlegmatischen, aufgedunsenen, viel Schleim bereitenden, fettleibigen und solchen Personen, die eine nahrhafte Kost genießen, und sitzende Lebensart führen, da es die ohnehin träge Verdauung derselben durch Verschleimung des Magens und Entwicklung von Luftarten in den Gedärmen hindert und schwächt, und schlechte Säfte erzeugt. Im Uebermaße genossen, erzeugt es außer den dem Weine eigenen Nachtheilen auch noch Ueberschwemmung und Erschlaffung des Magens und der Harnwerkzeuge.

Daß das Bier stärke und wirkliche Kraft verleihe, ist ein großes Vorurtheil. Es mästet zwar einerseits den Körper, wie man es an den Schmeerbäuchen vieler Biertrinker sieht. Allein theils ist diese anscheinende Kräftigkeit nur ein täuschendes aufgeschwemmtes Wesen, weil die Kraft nicht im Fette liegt, sondern in den Muskeln, die aber gerade durch den übermäßigen Fettansatz in ihrer Thätigkeit gehindert werden; theils gibt nicht unmittelbar dasjenige was der Mensch genießt, dem Körper Nahrung und Kraft, sondern blos was er durch die Verdauungswerkzeuge von dem Genossenen wirklich verarbeitet, und in gute Säfte umwandelt. Das Bier

aber, häufig und in Menge genossen, versäuert und verschleimt den Magen, und schwächt die Verdauungswerkzeuge, weßhalb der Biertrinker auch langsamer und schlechter verdaut, mithin, wie bekannt, weniger essen kann, als der Wassertrinker. Dieß wird uns vollends durch ein Beispiel deutlich werden. Nehmen wir an, daß ein Mensch, der nicht stark arbeitet, von einem Pfund Brod und einer Maß Bier täglich gesättigt wird. Trinkt er nun statt des Bieres Wasser, so wird er wenigstens zwei Pfund Brod zur Sättigung bedürfen, weil sein Magen schneller und besser verdaut. Da aber aus demselben Quantum Getreide, das zu einem Pfund Brod erforderlich ist, wenigstens zwei Maß Bier gebraut werden, so hat der Wassertrinker mit dem Brode die Nahrungs- und Krafttheile von einer Maß Bier mehr zu sich genommen, ohne jedoch seinen Magen dabei zu schwächen, und das Blut zu verderben; er hat daher nicht allein eine kräftigere, sondern auch eine gesundere Nahrung gewonnen.

Da außerdem der größte Theil des Biers, das getrunken wird, entweder zu jung, und zu wenig ausgegohren ist, und daher Säuren in den Verdauungswegen bildet, Aufstoßen, Blähungen, Durchfall und dergleichen erzeugt, oder aber zu alt, und der Essiggährung nahe ist, oder Zusätze von aromatischen Kräutern, und andern bittern, scharfen und betäubenden Zugaben hat, die es angenehmer und haltbarer machen sollen, aber als wahre Gifte im Körper wirken, und mindestens Kopfschmerzen, Kolik, Verstopfung und dergleichen verursachen: so verdient das Bier schon darum einiges Mißtrauen, und jedenfalls ist

dem besten, einfachsten, und gewissenhaftest gebräuten Biere das Wasser als tägliches Getränk aus den triftigsten Gründen bei weitem vorzuziehen.

3. Branntwein u. a. Alles vom Wein Gesagte gilt in noch viel höherem Grade vom Branntwein und allen gebrannten Wassern, sie mögen Liqueur, oder wie immer heißen, die schon im Munde, im Schlunde und im Magen das Gefühl von Brennen erregen. Sie sind auch in geringer Menge der Gesundheit äußerst nachtheilig; und die Krankheiten, die aus ihrem anhaltenden oder unmäßigen Genuß entstehen, haben das Eigenthümliche, daß sie viel heftiger, hartnäckiger und scheußlicher auftreten, und schwerer zu heilen sind. Es ist wahrhaft eben so auffallend als niederschlagend, bis zu welchem Grad von Ausschweifung der Mensch, dieses Vernunftwesen, die Fertigkeit im Genuße geistiger Getränke bringen kann. Selbst unter der Klasse der Gebildeten, sogar in den höhern Kreisen der Gesellschaft, wird oft und viel getrunken; nur um zu trinken, wird immer wieder getrunken, obschon man die schmerzlichsten Folgen davon an seiner Gesundheit verspürt. Wie schnell steigert sich dieses erkünstelte Bedürfniß zur grausamsten Gewohnheit! Unter den gemeinern Ständen wuchs es zu so furchtbarer Höhe, daß Menschenfreunde — Dank ihren edlen Bemühungen! — sich entschlossen, eigene Mäßigkeitsvereine *) zu

*) Ich kann nicht umhin, hier eines lehrreichen Aufsatzes von Dr. E. Rösch: „Ueber den Mißbrauch geistiger Getränke" im 3ten Hefte der Deutschen Vierteljahrschrift

stiften, deren Mitglieder sich verpflichten, allem Genuß geistiger Getränke zu entsagen. Ueberraschend erfolgreich waren diese Bemühungen, auch bei den untersten Volksclassen, selbst den Matrosen! Werden wir uns durch solches Beispiel nicht beschämen lassen? Wie ehrenvoll ist die Erscheinung eines Mannes an einer Tafel, welcher nur der Wasserflasche zusetzt, und den Tafelgenossen keinen andern Eigensinn zeigt, als daß er heikel ist in der Beschaffenheit des Wassers, daß es frisch und von ursprünglicher Güte sey; die Dienerschaft nicht anders belästigt, als daß sie die geleerten Gefäße immer wieder mit — gutem Wasser zu füllen hat! Solche Liebhaber des Wassers werden auch ihrem gütigen Wirthe viel weniger beschwerlich fallen und öfter geladen werden.

(Stuttg. Cotta, 1838) Erwähnung zu thun, worin unter anderm Nützlichen auch gezeigt wird, wie zulässig der mäßige Gebrauch auch der geistigen, echten Getränke sey, und wie selbst die Mäßigkeitsgesellschaften von dem zu strengen Verbot aller solcher Getränke zurückgekommen sind. Verwunderlich aber ist es, wie der sonst so verständige Verfasser da, wo er von der Abstellung des übermäßigen Genusses der geistigen Getränke handelt, mit keinem Laut der Anstalten erwähnt, durch welche Menschenfreunde die Liebe zum Kaltwasser einflößen und befördern sollten. Er scheint nur in dem Biere den heilsamen Ersatz für jene Genüße zu finden; aber wenn auch das Bier die weniger schädliche Art jener künstlichen Getränke ist, so soll es doch nie das Hauptgetränk seyn, welcher Vorzug durchaus nur dem guten frischen Wasser zukommt. Schämen etwa auch solche Schriftsteller sich, dem Wasser das verdiente Lob zu spenden? denn Unkenntniß seiner Vortrefflichkeit scheint ihnen doch nicht vorgeworfen werden zu dürfen.

4. Kaffee u. dgl. Obschon dieß Getränk so allgemein und beliebt ist, daß selbst die unterste Volksklasse ohne dasselbe nicht mehr leben zu können glaubt, und es besonders für das weibliche Geschlecht nicht bloß ein tägliches, sondern ein täglich mehrmaliges Bedürfniß geworden ist: so bleibt es nichts desto weniger wahr und ausgemacht, daß sein anhaltend fortgesetzter Genuß im Allgemeinen schädlich, für Kinder insbesondere, und für alle schwächlichen, reizbaren und schwachnervigen Personen äußerst nachtheilig und verderblich ist. Seine vornehmste Wirkung äußert der Kaffee auf das Gefäß- und Nervensystem, er erzeugt Wallungen des Bluts, Herzklopfen, Hämorrhoiden, zu frühe oder zu späte monatliche Reinigung, weißen Fluß, dann Krämpfe aller Art, Schwindel, Zittern der Glieder, Migraine, Abzehrung u. a. m. Allein man ist verblendet genug, diese Leiden jeder andern Ursache eher, als dem beliebten Genuße des Kaffees zuzuschreiben.*)

*) Ich selbst kann hierin zum warnenden Beispiele dienen. Von jeher ein großer Freund der gerösteten indischen Bohne und ihres Aroma, auch von Jugend auf gewohnt, Milchkaffee zu frühstücken, konnte ich Jahre hindurch der Ursache meines Magenkrampfes und des Zitterns meiner Finger, welches sich täglich Vormittags einstellte und mich kaum eine Stunde schreibend arbeiten ließ, auf die Spur kommen; selbst den Aerzten blieb sie unbekannt, obgleich einer derselben mir rieth, nur sehr schwachen Kaffee zu trinken, was ich ohne Erfolg that. Erst dann, als ich mich homöopatisch behandeln ließ, wo ich dem Kaffee ganz entsagen mußte, verschwand Magenkrampf und Zittern. Als ich endlich im J. 1834 mich zum kalten Wasser wandte, und nach mehrjährigem bloß diätetischen Gebrauche desselben (kaltwaschen und trinken) aller meiner Uebel ledig und gesund wurde, erwachte auch wieder die alte Liebe und Neigung zum Kaffee. Ich frühstückte wieder Kaffee — und gleich beim ersten Male stellte sich nach ein paar Stunden schon ein Mißbehagen,

Was vom Kaffee gesagt worden, gilt mehr oder weniger auch vom Thee und von der gewürzten Chokolade. Sie gehören alle zu den reizenden Arzneimitteln, und taugen schon deßhalb zur täglichen Anwendung, selbst für Gesunde, ganz und gar nicht. Schon an und für sich als heiße Getränke sind sie verwerflich, denn sie erweichen, erschlaffen und schwächen den Magen. Ja, wüßten unsere Damen, wie gefährlich und nachtheilig alle diese Getränke schon darum, weil man sie warm genießt, in der Folge für sie werden, daß sie nemlich das Hautleben schnell und in hohem Grade schwächen, die Haut ihrer Zartheit und Weichheit berauben, dieselbe spröde und gelblich machen; daß sie dem Antlitz die jugendlich gesunde Frische vor der Zeit entziehen, den Augen Glanz Feuer und Ausdruck, den Wangen und Lippen die bezaubernde Röthe, und den Zähnen die blendende Weiße benehmen, und dem Gesichte viel zu früh die Spuren des Alters aufdrücken: ich glaube sie würden schon aus diesem Grunde diesen Genüssen entsagen und lieber dem Wasser huldigen, das alle die lieblichen Reize ihres Geschlechtes nicht nur am sichersten erhöht, sondern auch am längsten bewahrt und erhält. —

---

und in wenigen Tagen darauf wieder Magenkrampf ein; ich setzte 14 Tage aus, und spürte nichts mehr, probirte dann wieder, und empfand dasselbe. Seit dieser Zeit bin ich freilich innigst überzeugt, daß der gewöhnliche Genuß des Kaffees für mich, und gewiß auch für alle schwachnervigen und reizbaren Individuen, höchst schädlich sey. Will ich jedoch hier und da — etwa alle 14 Tage — dennoch mir gütlich thun und Kaffee mit Sahne frühstücken, so vergesse ich nie, seine schädliche Wirkung durch vieles Wassertrinken, vor, während und nach dem Genusse, wenigstens zu schwächen, und dadurch andern übeln Folgen vorzubeugen. Am besten bekommt mir freilich bloße Milch.

Ich kann nicht umhin, hier noch einiges, in Beziehung auf das bisher Besprochene, im Allgemeinen zu berühren. Das Sprichwort: „Es führen alle Wege nach Rom" findet auch bei der körperlichen Diät und dem Heilverfahren selbst oft seine Anwendung. Alle Wege führen nach Rom; und doch erkundiget jeder Reisende sich vorher nach dem kürzesten, sichersten und bequemsten. Auch Personen, die ein warmes Verhalten beobachten, geistige, gewürzige Nahrungsmittel zu sich nehmen, bleiben gesund, erreichen ein hohes Alter. Auch Kranke, die an Kunstarzneien sich halten und aus allen Tiegeln und Flaschen der Apotheke gekostet haben, genesen und kommen zum gewünschten Wohlbefinden. Indeß wieviel den Aerzten selbst an einem richtigen Heilverfahren gelegen, beweisen die zahlreichen Heilsysteme, die ihre Schulhäupter im Verlaufe der Zeiten abwechselnd eingeführt und deren Anhänger befolgt haben. Heutzutage ist man der Ueberzeugung, daß in der Regel das wohlthätige Ziel nicht so sehr durch die Menge künstlicher Zusammensetzungen aller möglichen Naturstoffe und Kunstgriffe, als durch einfache Gaben und hauptsächlich durch die zweckmäßige Leitung der Naturkraft zu erreichen sey. Aus diesem Grunde hat auch ein großer Theil der Aerzte sich der Physiatrik (Naturheilkunde), ein anderer selbst der Hydriatrik (Kaltwasserheilkunde) ergeben oder zugewendet.

Jeder aufmerksame Beobachter der Menschen muß zu dem trostreichen Schluß gekommen seyn, daß der menschliche Körper von dem allgütigen Schöpfer mit einer bewundernswerthen, rücksichtlich der Ausdauer

an's Unglaubliche gränzenden Kraft, Gewandtheit und Herstellungsfähigkeit (Reproductionskraft) begabt worden sey. Ich erinnere nicht erst an die Kunstwerke der Gymnastik, wovon wir erst vor kurzem auffallende Beispiele in den Theatern der Residenz gesehen haben, an die Leistungen der indischen Gaukler, an die herrlichen Schauspiele der Tanzkünstler und Mimen; ich übergehe selbst die mühseligen Anstrengungen der Handwerker, Gelehrten und Hausväter, die oft unser Staunen erregen. Mancher von uns wird bekennen, daß er unter der Last solcher Arbeiten und Sorgen schnell erliegen müßte, während man unter all diesen Klassen Einzelne genug findet, die gesund bleiben und ein hohes Alter erleben. Ich verweise nur auf die Unmäßigen und frage: gibt es nicht selbst Säufer und Heißhungrige, deren Lebensfaden durch keine Ausschweifung und Unordnung scheint abgekürzt werden zu können? Es gibt Menschen, die niemals ein Glas Wasser geleert haben, die große Mengen von Wein und Branntwein verschlingen, die ihren Bauch mit ungeheuren Speisemassen füllen, bis zur Trunkenheit, zum Erbrechen, und welche dennoch rüstig bleiben, selbst das gesunde Aussehen behalten. Was folgt aus all dem? etwa daß jene Arbeiten nicht sehr oft, diese Mäßigkeitssünden nicht immer die Gesundheit beeinträchtigen? das Leben kürzen? Man sehe sich doch um, wie viele Familien das frühe Ende ihrer theuersten Glieder beklagen! Wenn man aber auf die Beispiele sich beruft, wo die körperliche Maschine allen Angriffen auf sie den erfolgreichsten Widerstand leistete, so ziehe man doch auch die weit häufigeren Fälle in Betracht, wo sie der ihr zugefügten Unbill schnell erlag, und

so manches Opfer der Anstrengung und Unmäßigkeit in der schönsten Blüthenzeit fiel. Es ist demnach kein anderer Schluß zu ziehen, als daß viele Menschen in Folge ihrer unverwüstlichen Körperkraft, andere durch anderweitig kluges Verhalten, trotz allen Regelwidrigkeiten dennoch ausdauern, und daß dieses eigentlich nur die Ausnahme von der Regel ist, wie einmal die Einrichtung der Natur diese unverbrüchlich gesetzt hat. Es handelt sich gar nicht darum, wie vielen Mißbräuchen und Unordnungen der Mensch zuweilen im Stande ist, Trotz zu bieten, sondern welches nach den allgemeinen Einrichtungen der Natur, in Bezug auf Gesundheit und Lebenserhaltung, das vernünftigste Betragen sey, das wir all unsern Mitmenschen zu empfehlen vermögen.

Ohne uns bei der Betrachtung aufzuhalten, daß selbst in denjenigen Fällen der Abweichung von dem, was man die ächte Diät nennen muß, welchen die Strafe nicht sogleich auf dem Fuße nachfolgte, es doch nur eine gewiße Klugheit und Mäßigung gewesen sey, wodurch der begangene Fehler unschädlich gemacht, der Verlust gleichsam ersetzt worden ist: bemerke ich sogleich, daß ich nicht jeden Genuß der Wärme und des Künstlichen in Speise, Trank und Kleidung geradezu verwerfe und verbiete; daß ich auch dem heilkünstlerischen Verfahren unserer Aerzte und den Gaben der Apotheke ihre Zweckmäßigkeit und Brauchbarkeit nicht abspreche. Warum sollte nicht auch der Wasserfreund zuweilen die Freuden der Tafel sich gönnen, im geselligen Kreise ein und das andere Glas vom Safte des edelsten Gewächses leeren, die munter machende Kraft der gebrannten Bohne

verspüren, ja sogar die erschlafften Nerven zur gröbern Arbeit durch einen Schluck guten Branntweins stärken und reizen? Warum sollten klug gewählte Arzneien nicht eben so gut die Unordnungen des Körpers in's rechte Gleis zu bringen vermögen? Und ein angemessenes Maß des Warmen, warum sollte es nicht gleich wohlthätig wirken können, wie der rechte Gebrauch des Kalten? Gab es doch Leute, die Krankheiten zu heilen unternahmen durch Verordnung der reichlichsten Gaben von heißem Wasser, das sie in Uebermaß zu trinken geboten, nicht ohne gewünschten Erfolg. Was ich behaupte, ist für die bei weitem größte Mehrzahl der Personen und Fälle nur folgendes: Wer stets gesund bleiben, lange leben und zufällige Schmerzen gründlich los werden will, ziehe die einfachste Kost vor, mit dem kleinstmöglichen Zusatz von Gewürzen, Salz und Fett, trinke gewöhnlich nur Wasser, nehme die Speisen nur abgekühlt (am besten wäre, die Suppen und Brühen ganz abzuschaffen, das Fleisch bliebe dann nur um so saftiger und nahrhafter), trage blos leichte Kleidung, überheize sein Wohnzimmer nicht, pflege frische Luft und Bewegung, und meide Arzneien jeder Art so lang, als die Umstände sie nicht gebieterisch erheischen. Man gewöhnt sich auch an das Schädliche, Mäßigkeit gleicht auch Mißgriffe aus, Ausnahmen werden leicht wieder vergütet; aber wer aufgeklärt genug ist, das Bessere anzuerkennen, wer festen Willensentschlusses ist, dem erkannten Guten beharrlich zu folgen, wer so vernünftig ist, daß er gemäß der Natur, folgsam dem Willen des Schöpfers und gedeihlich den Körperverrichtungen lebend, sein Daseyn nach Möglichkeit zu verlängern wünscht: der mache mit

dem Geschenk der frischen Quelle sich vertraut; sie wird seinen Durst stillen, seine Eßlust und Verdauung fördern, seine Leiden heben, ihn zum Sieger über alle Sclaven der Weichlichkeit, Schwelgerei und der Apotheke machen. — —

Nachdem wir nun sowohl die heilsamen Wirkungen des kalten Wassers bei seinem innerlichen und äußerlichen Gebrauch, als auch die nur selten ganz unschädlichen, desto öfter aber nachtheiligen Folgen der geistigen Getränke kennen gelernt haben, dürfte die Bemerkung hier nicht am unrechten Orte seyn, daß, wenn das kalte Wasser für uns ein unfehlbares Mittel seyn soll, die Gesundheit zu erhalten und Krankheiten zu verhüten, wir auch die übrige Lebensweise so einrichten müssen, daß sie nicht störend in die Wirkungen des kalten Wassers eingreife, sondern sie vielmehr erleichtere und befördere. Darum wollen wir zum Schluße noch die wichtigsten Erfordernisse einer geregelten und zweckmäßigen Diät kennen lernen, und angeben, was wir überhaupt vom Augenblicke unseres Erwachens am Morgen, bis zu jenem des Einschlafens bei Nacht, zu thun oder zu meiden haben, um gesund zu bleiben.

Da es für jede Menschenklasse, für den Gelehrten und Geschäftsmann, so wie für den Künstler und Handwerker keine zweckmäßigere und ungestörtere Zeit zur Arbeit gibt als die Stunde des frühen Morgens, so gewöhne man sich an das frühe Aufstehen, nach dem alten Sprichworte: „Morgenstund hat Gold im Mund.“ Nach einem Gott, dem Erhalter unsers Lebens, herzlich dargebrachten Lob- und Dankopfer, sey das erste Geschäft, mit frischem

Wasser den Mund auszuspülen und die Zähne zu reinigen.*) Letzteres geschieht mit einer weder zu weichen noch zu harten, und blos in's kalte Wasser getauchten Zahnbürste, oder auch mit den bloßen Fingern. Bei schon unreinen, angelegten Zähnen bediene man sich anfänglich als des zweckmäßigsten Zahnpulvers, einer nicht zu stark verkohlten, zu feinem Pulver zerstoßenen Rinde von schwarzem Brot, ohne alle andere Beimischung; sind die Zähne einmal rein, so bedarf es kaum, oder doch nur seltener, auch dieses Pulvers mehr. Hierauf trinkt man — wenn es sonst die Umstände erlauben — sogleich ein oder mehrere Gläser ganz frisches Wasser, und gehe dann zur Waschung der Hände, des Gesichtes, vornehmlich des Halses und endlich des ganzen Körpers über, nach der Anleitung, die im vierten Abschnitte gegeben wird. Während des Waschens und Ankleidens wird man — besonders wer zur Verschleimung geneigt ist — gut thun, kaltes Wasser in den Mund zu nehmen, und so lange darin zu behalten, bis es warm wird, und dieß öfter zu wiederholen (siehe unten Mundbad), da nichts so geeignet ist, den Schleim aus der Mundhöhle und dem Schlunde zu entfernen, auch den ganzen Schlund bis in den Magen hinab zu beleben und zu stärken. Sollte man nach dem Abwaschen des Körpers einige Kälte ver-

*) Viele pflegen aber auch, unmittelbar nach dem Aufstehen, mit der Bettwärme, eine kurze allgemeine kalte Waschung vorzunehmen, sich dann schnell anzukleiden und erst darauf die besondere Reinigung des Mundes vorzunehmen.

spüren, so verscheuche man sie durch schnelles Auf- und Abgehen.

Zum gewöhnlichen Frühstück ist der Kaffee nur jenen zu gestatten, die seit Jahren daran gewöhnt sind, und dabei sich wohl befinden. Besser wäre es allerdings, ihn gegen den unschädlichen sogenannten homöopathischen, doch nicht heißen Gerstenkaffee zu vertauschen; oder ungewürzte Chokolade zu trinken. Das gesundeste Frühstück — für Kinder zumal — ist rohe Milch, Butterbrot, Obst oder Suppe. Es mag aber worin immer bestehen, so hüte man sich, es zu warm zu genießen, und vergesse ja nicht ein oder mehrere Gläser frisches Wasser darauf folgen zu lassen.

Gewöhnt man sich, vor dem Speisen, etwa eine Stunde zuvor einige Gläser frisches Wasser zu sich zu nehmen, so wird man die herrlichsten Wirkungen für Eßlust und Verdauung davon erfahren.

Soll das Mittagessen gedeihlich seyn, so vermeide man erstens jedes Uebermaß, d. h. man esse nie so viel, noch so lang, daß man gar nichts mehr essen könnte, und genieße vorzüglich nicht zu vielerlei, ihrer Natur nach oft ganz entgegengesetzte Speisen; dann trachte man so viel möglich Pflanzenkost mit Fleischkost zu verbinden, da zu vieles Fleisch bei weniger Körperbewegung allzu nahrhaft ist, und die Säfte verdickt; ferner hüte man sich vor zu fetten Speisen, auch vor schweren Mehlspeisen, da sie schwer zu verdauen sind, und den Magen schwächen und versäuern; vor stark gewürzten und sehr gesalzenen Speisen, welche Schärfe in die Säfte bringen, und zu Entzündungskrankheiten geneigt machen.

Man genieße jedoch so wenig warm, als möglich, da alles Heiße, mehr als man glaubt, den Zähnen und dem Magen Nachtheil bringt. Die meisten Thiere verschmähen warme Kost; bei Auferziehung oder Mästung der Schweine z. B. ist ein kleines Versehen in dieser Hinsicht schon sehr nachtheilig, und man muß sich wohl hüten, ihnen irgend etwas mehr als lau zu fressen zu geben. Sollte dieß nicht ein Fingerzeig für den Menschen seyn, dessen Magen gerade mit demjenigen dieser Thiere am meisten Aehnlichkeit hat? Dr. Hahn erinnert schon, daß die Gedärme der warm gefütterten Schweine beim Würstemachen reissen und untauglich sind. Prißnitz muß diese Erfahrung auch bei den Menschen bestätigt gefunden haben, da er seine Gäste überhaupt vom warmen Essen und Trinken abmahnt, bei Magenbeschwerden aber vorzüglich nur kalte Kost erlaubt, und zuweilen gerade dieses Beispiel Dr. Hahns zur Bestätigung anführt.

Das gesundeste Getränk bei Tische ist unstreitig bloßes frisches Wasser, nur ist es nicht schon vornhinein zu bestimmen, ob es zuträglicher und heilsamer sey, während des Essens und unmittelbar auf jede Speise, auch ohne Durst, oder nur bei sich einstellendem Durste zu trinken, und die zur gehörigen Verdünnung des Speisebreies erforderliche Menge Wassers erst etwa eine Stunde nach dem Essen oder noch später zu sich zu nehmen. Etwas Allgemeines läßt sich hier nicht vorschreiben; es muß jeden seine eigene Erfahrung lehren, was für ihn gedeihlicher ist. (Mich selbst betreffend, so nehme ich meine gewöhnliche Portion Wasser — 3 bis 4 Seitel — während der Mahlzeit zu mir, und befinde

mich gut dabei; wohl die allermeisten Menschen dürften dasselbe finden). Man esse langsam und kaue alles gut, nach dem Sprichworte: „Gut verkaut, ist halb verdaut.“ Vor allem aber sey jede Essenszeit eine Zeit der Geistesruhe, der Fröhlichkeit und Unterhaltung! Man vermeide dabei nicht nur alles Lesen und ernste Nachdenken, sondern auch jede heftigere Aufwallung des Gemüths durch Aerger, Zorn, Traurigkeit, um nicht die an und für sich unschuldige Speise in Gift zu verwandeln. Selbstbeherrschung und Zügelung der Leidenschaften ist zwar immer auch in diätetischer Hinsicht nothwendig und wünschenswerth, aber nie so dringend und unentbehrlich als während der Mahlzeit; das beste Tafelgewürz ist Gespräch, Scherz und Lachen. Auch nach dem Mittag- wie nach dem Abendessen ist es besonders zur Erhaltung der Zähne gut, den Mund auszuspülen, um die sich anhängenden Reste der Speisen zu entfernen. Der Genuß des schwarzen Kaffees nach Tische, ist, wo nicht sehr oft, besonders schwächlichen und reizbaren Personen, schädlich, doch jedenfalls unnöthig; ja sogar, wenn man hie und da mehr als gewöhnlich gegessen, und den Magen angefüllt hat, wird das daraus entstehende Mißbehagen, und sonstiger Nachtheil viel eher und sicherer durch einige Gläser frischen Wassers, als durch den erhitzenden Kaffee beseitigt. Ueberhaupt ist die Vorliebe für den Kaffee nach Tische mehr eine Sache der Gewohnheit, als des wirklichen Bedürfnisses. Könnte man sich nur enthalten, an denselben zu denken, ginge man schnell zum Spaziergange, in ansprechende Gesellschaft oder sonst zu einer Beschäftigung und Ar-

heit über, so entschlüge man sich bald dieser Gedanken und erführe, daß man auch ohne Kaffee verdaut und sich wohl, ja besser befindet. Bei sich meldendem Magen würde ganz sicher ein Wassertrunk dieselben Dienste thun. Ein *fester Wille* thut auch bei der Diät die größten Dienste.

Unmittelbar nach dem Mittagessen ist in der Regel jede körperliche, mehr aber noch jede geistige *Anstrengung* zu vermeiden, da sie nur störend auf das Verdauungs-Geschäft einwirkt. Während daher der gesunde Gewerbsmann und der rüstige Taglöhner gleich nach Tische, der Gesundheit unbeschadet, zur Arbeit zurückkehren, mögen schwächliche und alte Leute ein Stündchen der Ruhe pflegen, oder auch ein Mittagsschläfchen machen. Gelehrte aber, Geschäftsmänner und alle jene, die eine sitzende Lebensart führen, sollten diese Zeit jedesmal zu einem mäßigen Spaziergange im Freien anwenden.

Wer an das sogenannte *Jausen* oder Vesperbrod, das für Kinder ihrer schnelleren Verdauung wegen, nothwendig ist und am besten aus Obst, Butterbrod u. dgl. besteht, seit Jahren gewohnt ist und sich dabei wohl fühlt, bleibe immerhin dabei; zuträglicher ist jedoch die Gewohnheit, im Verlaufe des Vormittags wie des Nachmittags außer frischem Wasser bis zum Abendessen nichts mehr zu genieſſen, oder doch etwas später zu jausen, und dann nicht mehr zu Nacht zu essen.

Wer aber *Nachtmahl* hält, esse wenig und leicht verdauliche Speisen, wo möglich kalte Küche, und trinke frisches Wasser dazu. Auch vor dem Schlafengehen, welches erst eine Stunde nach dem Nachtessen stattzufinden hat, vergesse man nicht fri-

sches Wasser zu trinken, und besonders im Sommer noch eine kurze allgemeine Waschung vorzunehmen.

Zum Schlafen selbst sind die Stunden unmittelbar vor und nach Mitternacht die geeignetsten. Es ist keine löbliche Sitte der Gebildeten, ihr Tagwerk in die tiefe Nacht fortzusetzen, hauptsächlich darum, weil sie damit der großen Wohlthat des Frühaufstehens, des Genußes der stärkenden Morgenluft und so mancher anderer Vortheile, welche die Morgenbeschäftigung hat, verlustig gehen. Dieses Abendverlängern oder Spätaufstehen hat auch für die ganze Hauswirthschaft schlimme Folgen; es schadet zumal den Kindern und Dienstboten. Man sollte das Schlafengehen höchstens um 10 Uhr, und das Aufstehen längstens um 5 Uhr zur allgemeinen Lebensordnung machen, besonders um nicht die schönsten Stunden der wärmern Jahreszeiten zu verlieren. Man schlafe gewöhnlich nicht unter 6 und nicht über 8 Stunden. Das Schlafzimmer selbst sey wo möglich geräumig, hoch, trocken, den Tag hindurch unbewohnt, dem Zugang der frischen Luft geöffnet. Da zu warmes Verhalten überhaupt die Reizbarkeit vermehrt, die Fasern erschlafft, die Haut schwächt und die Anlage zu Erkältungen begünstigt, so gewöhne man sich selbst im Winter, wo nicht ganz im Kalten, doch im Kühlen zu schlafen, und sich nicht so ängstlich besonders mit den nachtheiligen Federbetten, einzuhüllen. Doch kommt hierbei auf die körperliche Beschaffenheit das meiste an, und ein zu kühles Verhalten härtet nicht immer ab, sondern schadet durch verhinderte, sonst so wohlthätige Ausdünstung.

Aus demselben Grunde muß man im Winter vermeiden, in den Wohnzimmern eine zu große

Ofenwärme zu unterhalten, was schon darum äußerst schädlich ist, weil es uns, so oft wir hinausgehen, dem so nachtheiligen plötzlichen Wechsel der Temperatur von der Wärme in die Kälte und umgekehrt aussetzt. Es soll daher auch im Winter die Zimmerluft wohl unter, aber nie über 15° Reaumur erwärmt seyn. Dasselbe gilt von der körperlichen Bekleidung; sie sey zwar der Jahreszeit angemessen, allein eher leicht, als zu warm; durchaus vermeide man das Tragen der Pelze, da sie durch zu große Wärmeentwicklung die Haut schwächen, und wegen des unmittelbar anliegenden Leders die Ausdünstung verhindern. Wer sich an tägliche kalte Waschungen gewöhnt, wird selbst im strengsten Winter die wollene Bedeckung auf bloßer Haut, als Socken, Unterhosen und Leibchen von Schaf- und Baumwolle leicht entbehren, welche jedenfalls die Haut empfindlich machen, und bei zufälligem Mangel dieser Hüllen dem Erkälten aussetzen. Selbst den Kopf, er mag noch so empfindlich und zu Rheumatismen geneigt seyn, wird man durch tägliche kalte Waschungen nach und nach so abhärten, daß man weder Touren, noch Perücken, noch Schlafhauben mehr benöthiget, und ihn nicht nur im Zimmer, sondern auch im Freien wird unbedeckt lassen können. Es versteht sich von selbst, daß man in der Kleidung jedes Beengen, die freie Bewegung aller Körpertheile Hemmende, beseitigen müsse, weßhalb das Einschatschen der Kinder ebenso, als das lächerliche Einschnüren der Erwachsenen, durchaus verwerflich und schädlich ist.

Endlich geschehe hier noch der körperlichen Bewegung und des Genusses der freien Luft Erwähnung, da sie in Verbindung mit dem kalten Was-

ser die vorzüglichsten Erhaltungs- und Stärkungsmittel der Gesundheit und des Lebens sind. Der Erfahrung gemäß, daß jene Menschen am gesundesten sind und am ältesten werden, welche viel Bewegung in freier Luft machen, als Jäger, Gärtner, Boten u. dgl., müssen auch wir nicht nur unsere Wohnzimmer durch Oeffnen der Fenster Jahr aus Jahr ein täglich mehremal lüften, sondern selbst keinen Tag vorüber gehen lassen, ohne uns wenigstens eine Stunde — und zwar am besten vor dem Essen, oder einige Stunden nachher — in der freien Luft zu bewegen; es sey nun durch Spazierengehen, Reiten, Fahren, oder eine andere körperliche Bewegung, die jedoch nicht bis zum heftigen Schweiße oder zur gänzlichen Ermüdung zu treiben ist. Dieß geschehe im Winter wie im Sommer, und zwar bei jeder Witterung, da dieß nebst den kalten Waschungen, das beste Mittel ist, dem größten leiblichen Uebel der jetzigen Zeit, der zu großen Empfindlichkeit für alle Eindrücke und Veränderungen der Witterung, als einer der ergiebigsten Quellen von Krankheiten zu steuern und abzuhelfen. Für Menschen, die den ganzen Tag im Zimmer sitzen, sich mit Arbeiten des Geistes beschäftigen, viel schreiben und lesen, ist jedoch ein Spaziergang von einer Stunde täglich kaum hinreichend; sie mögen noch andere körperliche Uebungen damit verbinden, im Sommer durch Baden und Schwimmen oder Arbeiten im Garten, im Winter durch mäßigen Tanz und andere gymnastische Uebungen, ja in Ermanglung von etwas besserem durch Holzsägen und Spalten. Wegen der damit verbundenen Bewegung und dem Genusse der frischen Luft ist auch für diese, und zu-

mal für Städter, im Sommer das Landleben so heilsam. Endlich muß ich noch das gehende Luft- und Sonnenbad rühmen: ganz entkleidet oder mit umgeworfenem weiten Linnenmantel geht man an einem luftstillen Platze, wo möglich bei angenehmer Sonnenwärme, eine Zeit lang auf und ab, und stärkt so die ganze Oberfläche des Körpers. Daß wir gewöhnlich nur das Gesicht und die Hände unbedeckt tragen, das macht allein sie unempfindlich gegen die äußere Luft, welcher Vortheil auch andern Theilen des Leibes nicht ganz vorzuenthalten wäre. In der Nähe eines Wäldchens würde dieses die angenehmste Gelegenheit zu solcher Hautstärkung geben.

Schließlich muß ich meinen Lesern zur ernstlichen Beherzigung empfehlen, daß die bisher angegebenen diätetischen Vorschriften nicht so gemeint sind, als müßte man sich an dieselben zu ängstlich und sclavisch binden. Sie gebieten die Regel, ohne die Ausnahmen aufzuheben. Soll der Mensch, seiner Bestimmung nach, in allen Zonen, unter allen Verhältnissen und den verschiedenartigsten äußern Einwirkungen gesund bleiben, so muß er seinen Körper auch dazu tauglich und geeignet machen, indem er ihn nicht zu knechtisch an eine immerwährende Einförmigkeit der Lebensweise gewöhnt, sondern sogar hie und da ihm pflichtmäßig kleine Abweichungen von der Regel auferlegt, sowohl in Betreff der Menge und Beschaffenheit der Nahrungsmittel, als auch der Zeit und des Maßes von Schlaf, körperlicher und geistiger Bewegung und Anstrengung. In dieser Hinsicht hat sogar das von der Kirche vorgeschriebene Fasten nicht blos einen moralischen, sondern selbst einen diätetischen Werth und Nutzen.

Dritter Abschnitt.

Von den Hindernissen, welche der Anwendung des kalten Wassers entgegenstehen und von deren Beseitigung.

Erstes Hauptstück.

Von den Hindernissen.

Es ist eine allgemein bekannte Thatsache, daß die Einführung der für das menschliche Geschlecht wohlthätigsten Erfindungen, Entdeckungen und Verbesserungen von jeher mit großen Schwierigkeiten und Hindernissen verbunden war, und daß ihre allgemeine Verbreitung nur langsam und nach und nach bewerkstelliget werden konnte, oder viel längerer Zeit bedurfte, als es ihre Wichtigkeit und ihr beglückender Einfluß hätte wünschen und hoffen lassen. Belege hierzu liefert die Geschichte aller Zeiten, und es genüge hier der im vorigen Jahrhundert (1769) von dem englischen Doctor Jenner gemachten Entdeckung der Kuhpocken zu erwähnen, deren Einimpfung, bei ihrer anerkannten Wohlthätigkeit und ihrem außerordentlichen Einfluße auf das Heil der gesammten Menschheit, doch noch immer auf einen

zu kleinen Theil der menschlichen Gesellschaft beschränkt ist, und selbst noch heut zu Tage viele Gegner findet. Dasselbe Schicksal widerfährt nun auch der Anwendung des frischen Wassers, sowohl als Schutzmittels zur Erhaltung der Gesundheit, wie auch als Heilmittels in Krankheiten. So wie dort und überall, sind es auch hier vorzüglich unsere eingewurzelten Vorurtheile, die jeder Veränderung des Gewohnten und Hergebrachten, jeder anscheinenden Neuerung, besonders wenn sie unserer Bequemlichkeit, unserm eingebildeten Vortheile, und den mit der Muttermilch eingesogenen Meinungen widerspricht, die mächtigsten, beschämendsten und hartnäckigsten Hindernisse entgegensetzen. Spüren wir den Quellen dieser Vorurtheile hinsichtlich des kalten Wassers aufmerksamer nach, so scheinen folgende die vorzüglichsten zu seyn:

1. Unkenntniß und ihre Folgen. Es ist eine allgemeine Erfahrung, daß man das Nächstliegende, das alltäglich Gebrauchte entweder gar nicht, oder doch weniger kennt und kennen zu lernen sich bemühet, als das Entferntere und Seltnere. Dieß widerfährt Aerzten sowohl als Laien. Denn obgleich das kalte Wasser in den ältesten wie in den neuesten Schriften der gelehrtesten und erfahrensten Aerzte, als ein vorzügliches Heilmittel in den schwersten Krankheiten empfohlen wird, gibt es leider doch noch Aerzte genug, die seine Wirkungen nie gesehen, nie daran gedacht haben, und weder Gelegenheit noch Willen besitzen, sich von dessen wohlthätigem Einflusse zu überzeugen. Andere kennen und schätzen zwar aus fremden Erfah-

rungen die große Heilkraft des kalten Wassers in gewissen Krankheiten, und wagen wohl auch einen oder den andern Versuch damit. Diese Versuche mißglücken *), weil ihnen die genaue und vollständige Kenntniß seiner wahren Anwendung und die zu einem günstigen Erfolg so nöthige vertrauensvolle Hingebung mangelt; sie mißglücken, theils weil der Arzt entweder zuerst seine üblichen Arkane (Geheimmittel) aus der Apotheke anwendet, oder sie gleich auf das kalte Wasser folgen läßt, oder dasselbe vielleicht sogar in Verbindung mit warmem Verhalten und mit arzneilichen Gaben verordnet; theils weil er die Kälte entweder blos innerlich oder blos äußerlich, vielleicht sogar in seinem höchsten Kältegrad als Eis anwendet, welches für viele Kranke zu angreifend und schädlich wirkt.

Besteht nun eine solche Unkenntniß oder doch eine unvollkommene und mangelhafte Kenntniß, als beklagenswerthe Quelle des Vorurtheils gegen die Anwendung des kalten Wassers, selbst bei Aerzten, um wie viel häufiger und begreiflicher ist sie bei den Laien, deren Lebensweise so verzweigt, deren Thätigkeit so mannigfaltig getheilt, deren Beruf (bei Beamten, Künstlern, Handwerkern, Landleuten u. a.) schon gar nicht von der Art ist, daß sie wahrnehmen und beobachten könnten, was in dem Bereiche eines andern, und besonders eines so fremdartigen Beru-

*) Dieß und das folgende war und ist heut zu Tage oft der Fall in Behandlung der Cholera, wo die zweckmäßige Anwendung des Wassers seine Heilkraft vor andern Mitteln auffallend bewährt hat.

fes, als der ärztliche ist, vorgeht, und denen es meist an genügender Fähigkeit und Einsicht zu unbefangenen und richtigen Urtheilen darüber und zur Anwendung auf gegebene Fälle gebricht. Selbst heut zu Tage, wo durch Prof. Oertels großen Eifer und Prißnitzens glückliche Bemühung die Heilkraft des kalten Wassers unter Nichtärzten mehr verbreitet, gehandhabt, und nach unzähligen gelungenen Curen festgestellt ist, bleibt die Zahl der damit Vertrauten und dafür Gewonnenen doch noch so unendlich klein im Verhältnisse zu jenen, die keinen Begriff davon haben, daß man nicht eifrig genug durch Lehre und Beispiel auf dessen allgemeinere Erkenntniß und Verbreitung einwirken kann.

Eine natürliche Folge der Unkenntniß ist die Zweifelsucht an den gerühmten Kräften des kalten Wassers und der davon erzählten Thatsachen, gleichsam als wären die Behauptungen aller Aerzte von Hippokrates bis heut, blos in Bezug auf das Wasser — Betrug und Irrwahn, und nur in Bezug auf die andern Heilmittel wahr; gleichsam als könnten die vielen Berichte aus den großen Spitälern Englands, Frankreichs u. a., als sollten die rastlosen Bemühungen so vieler andern Wasserfreunde eitel Trug seyn. Glaubst du aber, lieber Leser, der fremden Belehrung und Erfahrung nicht, so wage doch selbst einmal den Versuch, kaltes Wasser regelmäßig zu trinken, dich darin zu baden und damit zu waschen, — und deine Zweifel werden gewiß bald verschwinden; du wirst aus eigener Erfahrung dich überzeugen, daß alle die ungünstigen und freventlichen Urtheile darüber, alle die mährchenhaften

Behauptungen, man dürfe auf gewisse Speisen, fettes Fleisch, Obst u. a. nicht gleich Wasser trinken, nicht im Schweiße baden (versteht sich in jenem Schweiße, der nur durch ruhige Selbsteinwicklung und sorgsames Zusammenhalten der innern Wärme mittels Körperbedeckung, bei völliger Ruhe der Lunge, nicht aber durch Bewegung des Körpers, durch Laufen und anstrengende Arbeit, die das Blut in Wallung bringen, erzeugt wird, wo Trinken und Baden allerdings sehr schädlich ist), oder das kalte Wasser erkälte den Leib, schwäche den Magen u. s. w. — durchaus falsch, ungegründet und aus der Luft gegriffen sind.

2. Gewohnheit. Nichts tyrannisirt die Menschen mehr, als die Macht der Gewohnheit, und nichts übt größern und verderblicheren Einfluß auf die Begriffe, Ansichten, Meinungen und Handlungen der Aerzte und Nichtärzte aus, als alter Gebrauch und hergebrachte Sitte. Hiervon nur einige Beispiele. Warum verbietet man so häufig jede Erneuerung der Luft in den Krankenzimmern, und verdammt den auf das Schmerzensbett gefesselten Leidenden, in seiner eigenen, höchst ungesunden Ausdünstung zu verharren? Ja warum reicht man ihm gar kein, oder höchstens überschlagenes, abgestandenes, also fades, der kostbarsten Bestandtheile lediges, alle Gefäße des Körpers erschlaffendes Wasser zum Labetrunk, und versagt ihm, der oft nur nach Wasser, und zwar nach kaltem Wasser lechzet, eigensinnig und grausam die beste und einzige Erquickung, die man ihm bieten kann, und welche die Natur

selbst so mächtig fordert? Die Macht der Gewohnheit ist es, und die daraus hervorgehende alberne Furcht, der entgegengesetzte Gebrauch möchte schädlich seyn. Warum sehen wir Andere, besonders aus der alten Schule, so fest bei dem einmal angenommenen System verharren und über jede Neuerung im voraus das Verdammungsurtheil aussprechen? Weil Gewohnheit ihnen Vorliebe für das Eine, und Abneigung gegen das Andere eingeflößt hat, und weil man nicht gewohnt ist, alles zu prüfen, und durch eigene Versuche das Gute und Wahre aus dem endlosen Wust ärztlicher Behauptungen zu erproben. Derselben Macht der Gewohnheit huldigen so viele andere Menschen: z. B. sie trinken wenig Wasser, baden und waschen sich selten, weil sie es nur so und nicht anders gewohnt sind. So besteht noch eine uralte Sitte, womit das frische Wasser beehrt wird, darin, daß man sich täglich nach dem Aufstehen Gesicht und Hände wäscht, ohne den übrigen Körper zu bedenken, welcher doch auch mit einer stets dünstenden Haut bedeckt ist, blos — weil man es nur so von Jugend auf sich angewöhnt hat.

Eine andere unselige Folge der Gewohnheit ist, daß der Mensch dasjenige, was seine nächste Umgebung ihm bietet, was er leicht, ohne Mühe und ohne Kosten erlangen kann, gering zu schätzen, und nur das hochzuachten pflegt, was er mit Anstrengung und Opfern erreicht, was er aus fernen Zonen, um theures Geld sich herbeiholt. Schon darum kann und will er nicht daran glauben, daß das Wasser, das allereinfachste Ding der Natur, die wunderbare Eigenschaft besitzt, fremdartige Stoffe und böse Säfte

aus dem Leibe zu treiben, und den natürlichen Zustand aller Lebensorgane, die regelmäßigen Verrichtungen der lebendigen Werkzeuge wieder herzustellen. So lang wir uns aber von der Macht der Gewohnheit beherrschen lassen, und nicht Muth genug haben, uns über thörichte Sitte, schädliches Herkommen und vorgefaßte Meinungen hinwegzusetzen, eine unvernünftige Lebensart zu verlassen, und den Genuß geistiger Getränke, welcher dem menschlichen Körper nun einmal nicht angemessen ist, wo nicht aufzugeben, doch sehr zu beschränken: so lang werden wir auch fortfahren, von jedem andern Mittel, von der Zeit, von den jahrelang ohne günstigen Erfolg gebrauchten Arzneien, von kostspieligen Mineralwässern, und den durch die Aussicht auf so manche Unterhaltung lockenden Warmbädern, die Heilung langwieriger Uebel viel eher erwarten, als vom Gebrauche des kalten Wassers.

3. Bequemlichkeit und Weichlichkeit sind auch eine Ursache unsers Eingenommenseyns gegen das kalte Wasser. Wenn Aerzte darum der Anwendung des kalten Wassers als Heilmittels und somit der allgemeinen Einführung der Wasserheilkunde abgeneigt sind, weil es hierzu neuer Mühen, neuer Studien und Erfahrungen bedarf, die allerdings der Bequemlichkeit manchen Abbruch thun: so ließe sich dieß noch hören, wenn gleich nicht entschuldigen: allein höchst sonderbar, ja drollig ist es, wenn von Seite des nichtärztlichen Publikums Klage geführt wird, das viele Wassertrinken sey lästig, indem es so sehr auf den Urin treibe; die kalten Waschungen und Bäder seyen beschwer-

lich und schmerzhaft, weil sie die Empfindung der Kälte und eines augenblicklichen Fieberschauers erzeugen. Ist es denn aber, möchte ich auf derlei Fragen antworten, angenehmer, Brech- und Abführmittel, Mixturen, Pillen, Latwerge, Decocte u. dgl., deren Geruch und Geschmack schon meistens das Gefühl des Eckels erregen, und deren Wirkungen noch obendrein unsicher und zweifelhaft sind, hinabzuschlingen, als mildes und jedenfalls unschädliches Wasser? Sind Aderlässe, Schröpfköpfe und Blutegel, sind die künstlichen Geschwüre, sind Vesicatorien und andere Pflaster, sind warme Umschläge und Einreibungen weniger lästig und schmerzhaft, als kalte Waschungen und Bäder? Allein so sind die Menschen! Jene Schmerzen sind ihnen gleichsam darum weniger empfindlich, weil man an deren Erscheinung bei sich und Andern von undenklicher Zeit her nun einmal gewohnt ist, weil man eine Heilung sich schon gar nicht anders, als unter solchen Umständen vorstellen kann, weil uns von allen Seiten her ein solches Verfahren als unerläßlich aufgeredet wird; das kalte Wasser kommt uns dagegen blos darum, weil sein zweckmäßiger Gebrauch uns noch unbekannt ist, weil derselbe nicht schon Jahrhunderte lang allgemein stattfindet, blos also der Neuheit wegen — schauderlich und furchtbar vor. Wir sind thöricht genug, nach einigen Versuchen, zu denen die Noth uns endlich dennoch verleitet, wenn sich der glückliche Erfolg nicht augenblicklich einstellt, davon wieder abzulassen, und das Wasser als unkräftig zu verschreien; wir sind so feig und weichlich, daß wir nach den ersten, vielleicht schmerzlichen Wirkungen (gerade den

Vorboten eines glücklichen Erfolgs, da die bösen Stoffe, von den edlen, zarten, innern Theilen ab- und nach Außen getrieben, sich zu sondern anfangen), die muthige Fortsetzung bis zur vollkommenen Genesung aufgeben; wir sind gewissenlos genug, über eine Sache, die wir nicht kennen oder schlecht gebrauchen, mit Entschiedenheit abzusprechen, und so auch Andere von Benützung des kostbarsten Geschenkes Gottes abzuschrecken.

4. Eigennutz. Auch diese hundertköpfige Giftschlange tritt unter gar mancherlei Formen der Anwendung des kalten Wassers hemmend und hindernd in den Weg; um so fluchwürdiger, je öfter und besser ein solcher die Vortheile des Wassers kennt, doch sie aus niederträchtiger Habsucht nicht der Menschheit gönnt, und daher ein um so größeres und gefährlicheres Zetergeschrei dagegen erhebt. Nicht blos jene Personen, deren Einkommen in dem Bereiten künstlicher Getränke und Heilmittel, im Handel und Verkehr mit denselben besteht, die also für den Bestand ihres mühsam erworbenen, theuer erkauften Gewerbes — die einzige Stütze ihres Alters und ihrer Familie — fürchten, entblöden sich, ihres persönlichen Interesses wegen, zu Verräthern an dem leiblichen und geistigen Wohle der Menschheit zu werden; auch Männer, deren Beruf sie in die Fußstapfen der ehrwürdigen Weisen und Philosophen des Alterthums führt, welche der Staat mit großen Kosten erzogen, unterwiesen und angestellt hat, damit sie ihr ganzes Leben der Sorge für die Erhaltung oder Herstellung der Gesundheit ihrer Mitbürger widmen, auch die Priester Hygieias,

die Söhne Aeskulaps, sie, deren Einsichten und Tugenden das Volk vertraut, deren Ausspruch wie ein Orakel gesucht und befolgt wird, auch sie zählen Miethlinge in ihrer Mitte, welche den selbstsüchtigsten Rücksichten des Gewinns, der Trägheit und Eitelkeit die Gesundheit der Menschen zum Opfer bringen. Darum Ehre und Dank den Edlen unter ihnen, welche, auch im Kampfe mit den gemeinen Seelen, und deren oft mächtige Umtriebe nicht scheuend, der Wahrheit ihre Stimme leihen, und lieber angefeindet als schlecht, lieber arm als verstockt und unverbesserlich seyn wollend, auch dem wohlfeilsten aber wirksamsten Heilmittel — dem kalten Wasser — nicht nur in ihrer Praxis, sondern auch im Rathe der Behörden die verdiente Gerechtigkeit angedeihen lassen!

Zweites Hauptstück.

Von der Beseitigung jener Hindernisse.

Es wäre dies Kapitel zwar ganz kurz mit der Behauptung abzufertigen, daß die der Wassercur entgegenstehenden Hindernisse von selbst aufhören müssen, sobald ihre Ursachen, d. h. die gegen das Wasser herrschenden Vorurtheile beseitiget sind, und daß diese verschwinden werden, sobald ihre Quellen verstopft sind, sobald nämlich die Unwissenheit der bessern Einsicht, die unvernünftige Gewohnheit einem weiseren Benehmen, die Bequemlichkeit dem pflichtmäßigen Muth und Entschlusse, der schnöde Eigennutz

edlern Antrieben des Herzens den Platz geräumt haben. Allein die Wichtigkeit des Gegenstandes und seine bessere Verständlichkeit für den Leser erheischen eine besondere Darstellung der Mittel, wodurch jedes Hinderniß beseitigt, das Wasser in die ihm gebührenden Rechte wieder eingesetzt und die allgemeine Einführung seines Gebrauchs in gesunden und kranken Tagen bewirkt werden kann. Vorzüglich drei Erfordernisse sind es, durch deren Herbeiführung und Vereinigung das große wünschenswerthe Ziel leicht und sicher erreicht, und der Heilkunst mit kaltem Wasser zu ihrem Triumphe verholfen würde. Die neuesten Erfahrungen sind ganz geeignet, mir die zuversichtliche Hoffnung einzuflößen, daß die hier vorgeschlagenen Mittel doch etwas mehr, als blos „fromme Wünsche" seyn und bleiben dürften.

1. Was man nicht kennt, kann man freilich nicht anwenden; darum ist es allerdings unerläßlich, daß man sich zuerst richtige Begriffe, und eine genaue Kenntniß von der eigentlichen Natur und Beschaffenheit des Wassers, von seinen Wirkungen und der verschiedenen Weise es anzuwenden, verschaffe. Hierzu soll nun, außer so vielen andern mit Fleiß und Umsicht verfaßten Schriften, die im ersten Abschnitt vollständig verzeichnet und zum Theil gewürdigt worden, auch gegenwärtiges Werkchen behülflich seyn. Die bessere Erkenntniß, und die daraus geschöpfte Ueberzeugung von seiner Heilkraft wird uns schon an und für sich selbst antreiben, die äußere und innere Anwendung des kalten Wassers an uns selbst zu versuchen; und seine unausbleiblich wohlthätigen

Wirkungen werden bald, die noch etwa an uns haftenden Vorurtheile der Gewohnheit und Bequemlichkeit verscheuchend, uns Luſt, Vertrauen und Liebe dazu einflößen. Sind wir einmal ſo weit gelangt, dann dürfen wir uns freilich damit noch nicht begnügen; ſondern wir müſſen dieſe unſere Ueberzeugung auch Andern mittheilen, indem wir, jeder in ſeinem Wirkungskreiſe, alſo der Hausvater ſeinen Hausgenoſſen und Untergebenen, der Meiſter ſeinen Geſellen, der Lehrer ſeinen Schülern, der Pfarrer ſeiner Gemeinde, der Offizier ſeinen Soldaten u. ſ. w. wenigſtens den diätetiſchen Gebrauch des kalten Waſſers empfehlen, und hierdurch unſer Schärflein zur allgemeinen Einführung und Verbreitung eines ſo herrlichen Schutz- und Heilmittels beitragen, welches ſchon wegen ſeiner großen Einfachheit und Wohlfeilheit ein wahres Volksheilmittel genannt zu werden verdient. Wir müſſen vorzüglich unſere Kinder von ihrer zarteſten Jugend an zum Gebrauch dieſes Geſundheits- und Lebenselementes anhalten, ſie vor den bisherigen Verderbniſſen der Verdauungswerkzeuge durch erkünſtelte Genüſſe bewahren, und ihnen Waſſertrinken, Waſchen und Baden zur Gewohnheit machen. Die unausbleiblich wohlthätigen Folgen, ihre zunehmende körperliche Kraft und Stärke, ihr gedeihender Wachsthum, ihr blühendes Ausſehen, ihr munteres, heiteres Weſen, ſo wie ihr unfehlbares Verſchontbleiben von vielen Krankheiten, wird uns bald das nöthige Vertrauen dazu, ja entſchiedene Vorliebe dafür einflößen, und das friſche Waſſer wird ſicherlich unſer unfehlbares Schutzmittel bleiben, in den meiſten Anliegen des leiblichen Wohles.

2. Soll aber die Einführung des frischen Wassers als Schutz- und Heilmittel allgemein werden, so müssen auch die Aerzte zu bessern Ansichten sich bekehren wollen, sie müssen ihre schlecht begründete Abneigung gegen dasselbe abzulegen, nicht sowohl aus Büchern, und auf fremde Autoritäten hin, als aus eigener und fremder Erfahrung, durch selbstgemachte allseitige Versuche am Krankenbette, sich die Ueberzeugung von seinen heilkräftigen Wirkungen zu verschaffen bemüht seyn. Diese Heilkraft sollte jeder Arzt nicht nur in ihrem ganzen Umfange kennen lernen, sondern auch die gewonnenen Erfahrungen mit den theoretischen Grundsätzen seiner Kunst zu vergleichen, und sie damit in wissenschaftliche Verbindung zu bringen trachten. Was Prißnitz als genialer Naturarzt mit angebornem Takte, durch die ausschließlich darauf gewendete Aufmerksamkeit und die thätigste Sorgfalt auf dem Wege langjähriger Erfahrung errungen, und fortwährend außer Zweifel setzt: das müssen wissenschaftliche Kunstärzte zur deutlichen Anschauung, zur klaren begründeten Ansicht, und zu einer den Erfolg sichernden Gewandtheit zu erheben suchen. Ja, an ihnen ist es nun, sich dieser, eine so allgemeine Theilnahme in Anspruch nehmenden Heilart zu bemächtigen, durch fortgesetzte Versuche und Beobachtungen sie weiter auszubilden, deren etwaige Mängel zu verbessern, und sie zu jenem Grade von Vollkommenheit zu erheben, deren sie fähig ist: wozu bereits in der neuesten Zeit von einsichtsvollen Aerzten der Grund gelegt worden ist.

Daß die Behandlung mit kaltem Wasser, wenn sie ihren Zweck nicht verfehlen soll, ebenfalls auf physiologischen und pathologischen Grundsätzen beruhen, und eben so gut ein individualisirendes und rationelles Verfahren zulassen müsse, wie irgend eine andere in der Medicin zu verschiedenen Zeiten gangbar gewordene Methode, gehet schon aus der großen Verschiedenartigkeit der äußern und innern Anwendung desselben hervor. Es ist ein großer Unterschied zwischen ganzen und theilweisen, kurzen und langen, mehr oder weniger kalten Bädern, zwischen Begießungen und Douchen, Einwickelungen und Umschlägen, zwischen viel und wenig Trinken, zwischen der Anwendung des Wassers unmittelbar auf diese oder jene Oertlichkeit des Körpers, zwischen kalten Bädern mit oder ohne vorhergehendes Schwitzen u. s. w. und es ist keineswegs gleichgültig, ob das Eine oder das Andere in Anwendung gebracht werde; im Gegentheil hat sich durch den unrichtigen Gebrauch des Wassers schon oft ein nachtheiliger Erfolg gezeigt, und zeigen müssen. Denn hauptsächlich hängt es von der Art der Anwendung ab, ganz entgegengesetzte Wirkungen auf den menschlichen Organismus hervorzubringen, und man kann damit z. B. eben so gut Erbrechen erregen, als das stärkste Erbrechen hemmen, es als Abführmittel gebrauchen, und auch die heftigste Diarrhöe damit stopfen, es endlich als Schweißmittel anwenden, und auch wieder den Körper vom gelindesten Schüttelfroste bis zum Erstarren bringen. Diese Unterschiede festzustellen, die Verfahrungsarten unter gewisse Regeln zu bringen, das Richtige für einzelne Fälle zu bestimmen, und vor-

zuschreiben, was besonders bei gefährlichen Krankheiten beobachtet werden müsse — dieß ist, wird, und kann immer nur die Sache der Aerzte seyn. Dadurch ist nun die Meinung derjenigen Aerzte, die da fürchten, die allgemeine Einführung der Wassercur möchte den ärztlichen Beistand und somit ihren ämtlichen Beruf wo nicht ganz entbehrlich und überflüssig machen, doch sehr beschränken und ihm Eintrag thun, schon an und für sich sattsam widerlegt. Diese Furcht erscheint aber um so ungegründeter und irriger, wenn man bedenkt, daß nicht nur der zweckmäßige Gebrauch der Wärme in einzelnen Fällen, die Hilfe mancher bisher mit Erfolg angewendeten Arzneien, und die Nothwendigkeit, gewisse Krankheiten in ihrem langwierigen, gefährlichsten Verlaufe heilkünstlerisch zu behandeln, keineswegs ausgeschlossen wird, sondern daß auch der auf das Schmerzenslager gefesselte Kranke eines Rathgebers bedarf, dessen ämtliche Stellung, dessen Studien und Erfahrungen Ehrfurcht und Vertrauen einflößen, und welcher die rechte Art und Weise des Wassergebrauches anordnet, und die eintretenden Erscheinungen an dem leidenden Körper beurtheilt und gebührend behandelt; daß der Kranke endlich eines Freundes und Trösters benöthigt, der ihn aufrichtet, wenn er verzagt, ihn belehrt, wenn er zweifelsüchtig und rathlos ist, ihn zur Beharrlichkeit ermuntert, wenn er überdrüßig wird; der auch bereit ist, im eintretenden Nothfall aus dem Vorrath seiner Wissenschaft noch andere Mittel zu bieten, wenn das Wasser entweder gar nicht helfen, oder doch die Hilfe zu weit hinaus zu verschieben drohen sollte.

Es können daher die Aerzte in dieser Hinsicht

nicht blos mit der größten Beruhigung sich dieser Heilart widmen und deren allgemeine Einführung begünstigen, sondern es ließe sich sogar aus der größern Einfachheit und Bequemlichkeit der Behandlungsweise, aus der Schnelligkeit und Leichtigkeit, womit sie den Heilzweck erreichen, und aus der Sicherheit, womit sie den glücklichen Erfolg verbürgen könnten, der gewisse Schluß ziehen, daß sie eine noch viel glänzendere Rolle spielen, und noch viel mehr als schon jetzt der Fall ist, die Tröster, die Retter und Erhalter der menschlichen Gesellschaft werden müßten. Ich selbst habe aus dem Munde geschickter Aerzte vernommen, wie überraschend schnell und glücklich sie Heilungen durch das bloße Wasser bewirkten, die sonst ein viel längeres und zweifelhaftes Verfahren erfordert hätten. Einer derselben erzählte mir, daß von zwei Wickelkindern, die in ganz gleichen Umständen am Rande des Grabes schwebten, er das eine mit allen Mitteln der Kunst nicht zu retten vermochte, das andere aber, welches er erst nach erlangter Kunde von der Wassermethode mit kaltem Wasser behandelte, gleichsam wunderbar, in der kürzesten Zeit gesund in die Arme der verzweifelten Mutter zurückstellte. So erzählte mir auch ein reisender Freund, von einem im schlimmsten Nervenfieber darniederliegenden gehört zu haben, an welchem die Aerzte alle ihre Kunst vergeblich erprobten. Als ein benachbarter Geistlicher, anfragend, die Versicherung erhielt, daß der Kranke aufgegeben sey, erbat er sich die Erlaubniß, ihn in seine Behandlung nehmen zu dürfen. Er versuchte an ihm die Wassercur, wie er sie aus einigen Büchern kennen gelernt und hie und

da auch schon ausgeübt hatte. Und siehe da, nach wenigen Tagen war der dem Tod Geweihte nicht nur außer Gefahr, sondern schon auf dem Wege sichtbar fortschreitender Besserung.

Die Laien haben zwar das unbestreitbare Verdienst, daß sie, was das wichtigste und schwierigste ist, die natürliche Scheu vor der Kälte, und vor so mancherlei Entbehrungen und Unbequemlichkeiten überwindend, durch ihre vorausgehende Theilnahme an Literatur und Anstalten, das alte Vorurtheil gegen das Wasser zerstörten, durch Erfahrungen am eigenen Leibe die Wirksamkeit des Heilmittels erprobten, und ihren Willen, daß es auch von ihren Aerzten angewendet werde, mit Vorliebe und Entschlossenheit aussprachen. Was eine noch so vollkommene Theorie gewiß nicht so schnell, so allgemein zu Stande gebracht hätte, nämlich das unbedingte Vertrauen auf diese Curweise, bewirkten die Laien in wenigen Jahren über Deutschlands Grenzen hinaus. Allein, bald gingen sie zu weit; sie dachten sich die Sache zu leicht, und meinten, mit dem Wasser sey alles gethan. Da so viele Erfolge dafür gesprochen, so vermutheten sie und verkündeten es laut, es bedürfe überall der ärztlichen Kenntniß und Beihülfe dabei nicht. Sie nahmen allzu geringschätzende Ansichten von dem ganzen Beruf dieses Standes an, und wie der Mensch gern den Ursachen der Erscheinungen nachspürt, so argwohnten sie bald, nur eigennützige Absichten könnten der Abneigung der Aerzte und ihren Warnungen vor Laiencuren zu Grunde liegen. Und weil jeder Mißgriff sich selbst bestraft, so war auch hier die Folge der Uebereilung, daß man

gerade diejenigen, welche das meiste zur Empfehlung der Wassercur wirken konnten, die Aerzte, mißtrauisch machte, und zum Widerstreben aufforderte. Es gibt eine Grenze, bis zu welcher die Laien, auch sich selbst mit dem Kaltwasser zu berathen vermögen, wenn sie mit Besonnenheit und nach Erfahrung handeln; über diese hinaus sollten sie jedoch das Zepter der Kunst sich nicht anmassen, sondern sich an der wichtigen Aufgabe genügen lassen, ihren Mitbrüdern durch verständige Reden und gute Beispiele Muth einzuflößen, und deren schwankende Vorsätze zur Entscheidung zu bringen, damit die Aerzte, die sie rufen, durch ihre Laune, Weichlichkeit und Unentschlossenheit nicht genöthigt werden, zu den gewöhnlichen Götzen in der Droguerie ihre Zuflucht zu nehmen. Es verhält sich mit dem Wasser fast wie mit andern sonst ganz guten Hausmitteln: für leichte Zufälle, augenblickliche Nothdurft ist es zumal bei seiner einfachen Natur allerdings auch von verständigen Laien gefahrlos zu benützen; sich an bedenkliche Fälle zu wagen, selbst ernsthafte Krankheiten zu behandeln, sollen sie billig Bedenken tragen, damit sie nicht den Vorwurf mit dem „Leisten" verdienen. Zum diätetischen Hausmittel das liebe Wasser zu erheben, und dem Volke, Jung und Alt, Gesund und Krank, heimisch und beliebt zu machen, — das ist jenes gewiß ansehnliche Verdienst, welches die Laien sich um diesen Gegenstand noch ferner erwerben können und sollen. Ist Prof. Oertel mehr als zu entschuldigen, daß er, der einzige Laie, sich der ganzen Masse der Aerzte gegenüber stellte, um nur Aufmerksamkeit zu erwecken, so wäre es jetzt, nachdem dieser Zweck mehr als erreicht ist, nicht nur un-

vernünftig, sondern auch lächerlich, wenn seine Hefte das Evangelium der Kranken, seine Sprache der Typus des Ausdrucks für die Wasserfreunde bleiben sollten.

Aber auch die Aerzte verdienen den Vorwurf nicht, daß unser Element für sie bis auf Prißnitz und Oertel eine terra incognita gewesen. Gaben sie demselben gleich in ihrer materia medica nicht immer den Ehrenplatz, welchen so viele weniger gemeinnützige Arzneien schon lang erhielten, so wandten sie es doch zu allen Zeiten, selbst in heroischem Grade, oft genug an, wie die Geschichte ihrer Wissenschaft lehrt, um diesen Vorwurf abweisen zu können. Sie haben recht mit der Behauptung, daß die Wassercur nichts Neues sey, wenn gleich weniger recht damit, daß neu an ihr nur der Mißbrauch sey. Denn lehrt sie dieselbe Geschichte nicht, daß es Zeiten gab, wo selbst Aerzte mit einseitiger Vorliebe für das kalte Wasser, so wie für manches andere officinelle Heilmittel Gesundheit und Leben ihrer Patienten in Gefahr brachten? Und sind es nicht auch Aerzte, welche jetzt, nur gegen das Uebermaß eifernd, dem kalten Wasser einen viel weitern Spielraum öffnen in Theorie und Praxis?*) Die Zeit und wie schon oben bemerkt, die Verständigkeit und Charakterfestigkeit des Publikums wird diesem Spielraum hoffentlich immer weitere Grenzen stecken. Daß hier die Laien einen so kräftigen Anstoß gaben, wird die Eitelkeit der Aerzte nicht beleidigen, vielmehr sie anspornen, die Vordermänner zu überholen. Denn wahrheitliebend, wie sie als Lieb-

*) Man lese nur im ersten Abschnitte das Verzeichniß der vielen von Aerzten verfaßten Wasserschriften nach!

haber der Wissenschaft sind, gestehen sie in ihren Schriften es unzähligemal ein, wie viel sie oft von dem schlichtesten Landmann, dem einfältigsten Weibe schon gelernt, wie sie von den Ungelehrtesten oft auf die Bahn der Natur geleitet worden, wie sie in so manchem Hausmittel, ja im Aberglauben des Volkes selbst brauchbares entdeckten, dessen sie nun sich selbst mit Vortheil bedienen. Das kalte Wasser wird es nicht allein seyn, dem sie ihren Zunftbann zuschleudern, sie werden ein Auge haben für alle Kunstgriffe, welche den Laien sich darbieten, sie werden, den Weisen gleich — überall lernen, wo es zu lernen gibt. Denn nur der Selbstgenügsame bleibt zurück; die Erfahrung dagegen offenbart täglich neue Wunder, von welchen die Theorie sich auch nicht einmal träumen ließ. Die Aerzte werden jedoch in den Erscheinungen auch das Wahre vom Zufall, den innern Gehalt von der Schlacke unterscheiden und die rohe Empirie zur sichern, heitern Kunst erheben. Zwar wird es noch geraume Zeit Mißverständnisse und Reibungen geben, aber die Macht der Wahrheit, das Bedürfniß der Zeit wird den endlichen Sieg davon tragen. An dem Publikum liegt es, daß die Aerzte seyen, was sie sollen und wollen.

3. Endlich wäre es wünschenswerth und zweckdienlich, daß die Staatsverwaltungen und Regierungen der allgemeinen Einführung des Wassergebrauches in gesunden und kranken Tagen nicht nur keine Hindernisse in den Weg legten, sondern sie vielmehr begünstigten, da, je ausgebreiteter, um so wohlthätiger und großartiger die Erfolge sich schon dem natürlichen Laufe der Dinge nach darstellen, welche für das allgemeine Beste daraus hervorgehen

müssen, und die ich hier nur in kurzen Umrissen zu schildern versuchen will.

Vor allem muß durch eine vermehrte Sorgfalt für die körperliche Reinlichkeit, und durch die übrigen wohlthätigen Wirkungen des kalten Wassers in seiner auch nur diätetischen Anwendung der allgemeine Gesundheitszustand sehends verbessert werden; viele jetzt schon verbreitete Uebel und Krankheiten, als Rheumatismen, Scropheln, Hämorrhoiden u. a. werden immer seltener zum Vorschein kommen und endlich ganz verschwinden; andere Krankheiten müssen durch den Wassergebrauch theils im Keim erstickt, theils viel leichter und sicherer, viel schneller, mit bedeutend weniger Kosten und ohne Nachwehen geheilt werden. Wie vortheilhaft und segensvoll dieß allein auf die arbeitende Volksklasse, auf den erleichterten und vermehrten Broderwerb einwirken, wie sehr es einerseits manche Quelle der Verarmung verstopfen, und andererseits Wohlhabenheit und Wohlstand vergrößern müße, läßt sich gar nicht berechnen.

Durch den verbesserten Gesundheitszustand wird folgerecht auch die große Sterblichkeit in den frühesten Lebensjahren sich vermindern, dadurch die Bevölkerung in demselben Maße zunehmen, die menschliche Lebensdauer sich bedeutend verlängern, und der Friedhof größtentheils sich nur mit lebensmüden Greisen füllen. Vorzüglich aber werden unsere Kinder in Folge einer vernünftigen physischen Erziehung zu gesunden und blühenden Jünglingen und Mädchen, diese zu kraftvollen Männern und nervenstarken Gattinen heran wachsen, welche ihrerseits endlich einer kräftigen, gleichsam verjüngten, und im

Vergleiche mit der jetzigen, äußerst rüstigen und glücklichen Generation das Daseyn schenken werden.

Daß endlich das durch allgemeine Einführung des Wassergebrauches vermehrte und gesicherte physische Wohlseyn auch einen sehr heilsamen Einfluß auf die Sittlichkeit und Tugend, somit auf die Erreichung der erhabensten Zwecke des Staates und der Kirche ausüben müsse, läßt sich nicht bezweifeln. Denn ist einmal der gesunde Sinn des gemeinen Mannes zu der Einsicht gekommen, daß frisches Wasser bei einer nahrhaften Kost ungleich mehr Kräfte giebt, als Wein, Branntwein und andere erkünstelte Genüsse, so wird er der Unmäßigkeit in denselben um so leichter entsagen, jemehr sie seiner Gesundheit des Leibes wie der Seele, und seinem Beutel den empfindlichsten Nachtheil bringt; dann ist es aber auch an und für sich klar, daß zunehmende Mäßigkeit, daß die durch die Abwesenheit vieler Leiden gestärkte Geisteskraft, daß Frohsinn und Aufgelegtheit zur Arbeit und Betriebsamkeit, daß der dadurch vermehrte Erwerb und erleichterte Wohlstand einer Menge von Lastern Thür und Thor versperren müsse.

Es ist zwar in dieser Hinsicht schon Löbliches geschehen, und erinnernd, welchen Eifer insbesondere die k. bayerische Regierung in der neuesten Zeit und bis zur Stunde bewiesen hat, erwähnen wir nur, daß auch die für alles Gute so empfänglichen kais. österreichischen Behörden bereits seit mehr als 25 Jahren ihre aufgeklärte Denkungsart dadurch bewiesen, daß sie öffentliche Kaltbäder in der Donau unter gehöriger polizeilicher Aufsicht für Männer und Frauen abgesondert, errichten ließen, die im Sommer häufig besucht werden, und so viele andere Badan-

stalten fortwährend begünstigen, ja erst neulich die Anstalt von Gräfenberg in ihren ämtlichen Schutz nahmen und die Unterbehörden aufforderten, den Aerzten, die ähnliche Anstalten in's Daseyn zu rufen beabsichtigen, allen möglichen Vorschub zu leisten. Allein noch vieles bleibt auf diesem Gebiete zu wünschen und zu thun übrig. Es wäre von ausgezeichneter Zweckmäßigkeit, wenn die Regierungen selbst auf Staatskosten es betrieben, daß in jeder Provinz, in jedem Kreise Kaltwasser-Anstalten, ähnlich jener in Gräfenberg errichtet; daß in Schulen über den Gebrauch und die Wirkungen des kalten Wassers förmlicher Unterricht ertheilt; daß vorzüglich in allen öffentlichen und Privat-Erziehungsanstalten, in den Kinderwart-Anstalten und Findel- und Waisenhäusern, so wie in den Pensionaten, Convikten und andern höhern Lehranstalten die kalten Waschungen — Sommer und Winter, wo nicht täglich, doch wöchentlich — als unerläßliches Gesundheit-Erhaltungsmittel gesetzmäßig eingeführt würden; daß bei Erbauung neuer Häuser, bei öffentlichen Anlagen und Verschönerungen an Herschaffung von gutem, reichlichen und bequem zu habenden Wasser, besonders durch Bohrbrunnen (artesische) und Springquellen gedacht würde. Man vergleiche hiemit den Anhang in Dr. Granichstädten's Handbuch der Hydriasiologie, welcher „Von den wahrscheinlichen Wirkungen, welche die Wasserheilkunde auf den physischen und gesellschaftlichen Zustand der Menschheit üben wird" S. 403—413 ausführlich und wahrhaft ergreifend handelt.

Vierter Abschnitt.

Anleitung zum richtigen Gebrauche des kalten Wassers, als Beförderungsmittels der Gesundheit und Schutzmittels vor Krankheiten.

Erstes Hauptstück.

Vom innerlichen Gebrauche.

§. 1.

Wie muß gutes Trinkwasser beschaffen seyn?

Vor allem sey es

1. rein. Ganz reines Wasser, von aller mineralischen und vegetabilischen Beimischung befreit, und blos aus Wasserstoff und Sauerstoff — als seinen Elementen — bestehend, wird zwar in der Natur nirgends angetroffen, sondern blos durch die Kunst dargestellt; im Schoße der Erde, die das Wasser wie das Blut im menschlichen Körper in beständigem Kreislauf zu durchströmen scheint, führt es immer mehr oder weniger salzige oder erdige Stoffe aufgelöst mit sich, und wird in jenem Falle hartes, in diesem aber weiches Wasser genannt. Doch heißt m allgemeinen das Wasser schon rein, welches sol-

cher Stoffe in geringster Menge enthält. Zu weiches Wasser, welches wie Regen- und Flußwasser der Luft und Sonne ausgesetzt ist, schmeckt fade und schal; zu hartes äußert arzneiliche Wirkungen, wie die sogenannten Mineralwässer. Am reinsten und für den Genuß am geeignetsten ist das aus felsigem Grunde kommende Quell- und Brunnenwasser. Manche Personen sind sehr bedenklich, wenn man ihnen sagt, oder sie selbst es bemerken, daß ihr Trinkwasser, wie man sagt, Salpeter mit sich führe, und lassen sich, selbst wenn sie keines bessern habhaft werden, von dessen Genuß abschrecken. Allein dieser Zusatz ist bei weitem nicht so schlimm, als man sich beredet, wenn das Wasser nur sonst die nöthigen Eigenschaften der Klarheit und Frische hat; tüchtige Wassertrinker kümmern sich um diesen ohnehin nur sehr geringen Zusatz wenig. Einige Mägen sind freilich mehr empfindlich dafür, allein auch diese werden sich bald daran gewöhnen. Hat man nur einen guten Brunnen, so danke man Gott für diesen kostbarsten Bestandtheil des Hauses, und trinke fleißig, ob er einige Quentchen Salpeter mehr oder weniger enthalte. Dann sey es

2. Farblos, geruch- und geschmacklos*), durchsichtig und klar, d. i. es darf weder trübe seyn, noch im Geschirre einen erdigen Niederschlag bilden. Nun giebt es leider auch wasserarme oder sumpfige Gegenden, wo es dem Trinkwasser an einer oder der andern dieser Eigenschaften gebricht;

*) Das heißt nicht ohne allen Geschmack, wie destillirtes Wasser, sondern ohne allen erkennbaren oder unangenehmen Nebengeschmack.

hier muß man darauf bedacht seyn, das Wasser entweder durch Beimischung von etwas Wein, Essig oder Citronensäure trinkbarer zu machen, oder ihm seinen faulichten Geschmack und Geruch und einen Theil seiner fremdartigen Beimischung dadurch zu benehmen und es zu verbessern, daß man Kohlen, die eben geglüht haben, fein gepulvert unter das Wasser mischt, es umrührt, einige Minuten stehen läßt, und dann durch Fließpapier seihet, wodurch es zum Trinken tauglich und rein wird *).

Uebrigens berechtigt die eben so wichtige als heilsame Erfindung der Bohrbrunnen und Springquellen, auch artesische Brunnen genannt, zu der Erwartung, daß in solch wasserarmen Gegenden sowohl der Wassernoth überhaupt, als vorzüglich dem Mangel an gutem Trinkwasser bald werde abgeholfen werden, da schon viele glückliche Versuche mit solchen Bohrungen an Orten, wo früher gar kein oder nur schlechtes Brunnenwasser war, ein reines, frisches und krystallhelles Trinkwasser aus den tiefen Erdschichten zu Tage gefördert haben **).

---

*) Man vergleiche Dr. E. Antonis: Die Kunst, ein wohlschmeckendes und gesundes Trinkwasser herzustellen. Nordhausen, 1837.

**) Diese Versuche scheinen die bereits von mehreren Naturforschern, und neuerlich von dem fruchtbaren ökonomischen Schriftsteller Ritter von Heintl in seinem Werkchen: „Ueber Bohrbrunnen und Springquellen zur Beseitigung der Wassernoth.“ Wien 1836, in Anregung gebrachte Ansicht zu bestätigen, daß unsere Quellen, Bäche und Flüsse nicht wie man bisher glaubte, aus atmosphärischen Zuflüssen erzeugt und genährt werden, sondern daß ein beständiger Kreislauf der Gewässer bestehe, welcher wie

3. Gutes Trinkwasser muß endlich auch frisch seyn, d. h. es muß so viel als möglich vom Brunnen oder von der Quelle weg getrunken werden. In diesem Zustande besitzt es nicht allein seine wohlthätige natürliche Kälte und die ihm beigemischte so angenehme und heilsame Kohlensäure, die man am Perlen beim Einschenken erkennt, sondern vorzüglich jenes uns unerklärbare, so erquickende, stärkende und belebende Wesen, welches Hufeland mit Recht Brunnengeist nennt; dieser entweicht aber, sobald es einige Zeit der Einwirkung der atmosphärischen Luft ausgesetzt ist. Wird das Wasser durch längeres Stehen wärmer, wie dieß im Sommer, oder des Winters im geheizten Zimmer der Fall ist, so verliert es auch seine Kohlensäure, wie man an den Bläschen im Glase wahrnimmt, worin Wasser längere Zeit gestanden, und nimmt überdieß allerlei fremdartige Stoffe aus der es umgebenden Luft in sich auf. Kann man aber nicht jedes Glas Wasser unmittelbar vom Brunnen weg trinken, so trachte man wenigstens, es dadurch vor der Einwirkung der Atmosphäre zu verwahren, daß man die Wasserbehältnisse, Flaschen (am besten sind jedoch dunkle steinerne Krüge) immer gut zudeckt, oder zugestöpselt

---

das Blut den menschlichen Körper, alle Theile des Erdkörpers durchdringt und es erklärbar macht, daß die Flüsse immer strömen ohne aufzuhören, daß das Weltmeer als Hauptsitz der Gewässer, die zahllosen Ströme aufnehmen kann, ohne überzugehen, und daß Ebbe und Fluth dem unwillkürlichen Ausdehnen und Zusammenziehen des menschlichen Herzens vergleichbar ist, wodurch eben der Kreislauf des Blutes bewirkt wird.

erhalte*); bei Pumpbrunnen aber lasse man vorzüglich in der Frühe, beim ersten Pumpen zuerst etwas auspumpen, um den Stiefel von dem während der Nacht darin stehen gebliebenen Wasser zu leeren, das nicht mehr frisch ist. Nicht jedes kalte Wasser ist zugleich frisch. Denn wird z. B. ein gestandenes, entgeistetes Wasser einige Zeit der Kälte ausgesetzt, so wird es zwar wieder kalt, aber damit noch keineswegs frisch. Nur ein unmittelbar aus der Bergquelle oder dem Brunnen geschöpftes Wasser hat diese höchst wohlthätige Eigenschaft. Das frische Wasser übrigens ist immer auch kalt.

§. 2.

Wann darf man gar nicht kalt trinken?

1. Nie unmittelbar auf den Genuß von etwas sehr Warmen, weil dieß nicht blos den Zähnen, sondern auch den Eingeweiden, zumal dem Magen sehr schädlich ist. Hufeland meint deßhalb, man sollte schon die Kinder gewöhnen, nicht so sehr unter der Mahlzeit, als vielmehr nach derselben zu trinken.

2. So oft man erhitzt ist, und das Blut durch starkes Gehen, Laufen, Tanzen, Arbeiten, Singen, Sprechen u. dgl. in Wallung gesetzt hat, mithin auch so oft man durch anstrengende körperliche Bewegung

*) In der Baron Dobhof'schen Thongeschirr-Fabrik zu Wagram, bei Baden in Oesterreich werden jetzt Flaschen aus einer sehr porösen Thonerde verfertiget und in Wien verkauft, worin das Trinkwasser auch im Sommer viele Stunden frisch, d. h. wenigstens kalt bleibt.

in Schweiß gerathen ist. In diesem Zustande wäre ein kalter Trunk höchst gefährlich und nachtheilig; man warte daher, und bleibe wenigstens eine Viertelstunde, nach Umständen auch länger ruhig, bis das Blut mehr abgekühlt und besänftigt ist, oder wie man im gemeinen Leben zu sagen pflegt, man esse zuerst ein Stückchen Brot, wobei jedoch nicht so sehr das Brot hilft, sondern die Zeit, die man darauf verwendet, es zu essen, bis der Blutlauf ruhiger geworden und die innere Hitze gedämpft ist. Aber auch dann trinke man langsam, zuerst abgebrochen und vorsichtig. Vorzüglich unsere jungen Damen und Mädchen kann man während der Unterhaltungen des Faschings nicht genug warnen, sich vor kaltem Trunke, oder Gefrornem bei erhitztem Körper zu hüten. Wer aber doch unvorsichtig genug war, in der Hitze kalt zu trinken, der möge augenblicklich dieselbe Anstrengung, die ihn erhitzte, von neuem beginnen, um die plötzlich geschlossenen Poren abermals zu öffnen und die zurückgetretene Ausdünstung wieder hervorzubringen. *) Rührt aber der Schweiß nicht von körperlicher Anstrengung her, und schwitzt man, ohne

*) Ueberhaupt sollte der Wasserfreund (der gesunde nemlich) sich auch insofern durch Selbstbeherrschung hervorthun, daß er seinen Kopf nicht zur jedesmal augenblicklichen Befriedigung der Trinklust aufsetze, sondern nach Umständen auch, wenn er diese Lust nicht alsbald büssen kann und darf, dieses unbeschwert ertrage. Kann er ja das Versäumte immer wieder einbringen. Oder ist ein pedantischer Wasserfreund weniger lächerlich als irgend ein anderer Pedant? Man soll auch nicht des Wassers — Sclave seyn.

erhitzt zu seyn, wie dieß oft beim Erwachen aus dem Schlafe, oder bei großer Sommerhitze der Fall ist, so kann man ohne Gefahr kalt trinken, wie dieß in Gräfenberg absichtlich, auch z. B. in Neapel und andern Orten des Südens geschieht, wo man in allen Gassen Leute erblickt, die Eiswasser an die Vorübergehenden verkaufen, welche während der heißen Tageszeit in diesem Himmelsstriche gewöhnlich vom Schweiße triefen, ohne den geringsten Nachtheil davon zu empfinden.

Vor und während eines Voll- oder Theilbades, worin oft stundenlanges Verweilen nöthig ist, soll in der Regel kalt nicht getrunken werden, um das Strömen der innern Wärme nach Aussen unbehindert zu lassen; nur des Durstes wegen nimmt man zumal im Sitzbade ein und das andere Glas; nach beendetem Bade mahnt das Gefühl der zurückkehrenden Wärme und der Trockenheit ohnehin an reichlichern Genuß, besonders bei darauf folgender Bewegung. Auch wenn man sich zum Gräfenberger Schwitzen, wovon oben ein Mehreres, in Decken hüllen läßt, und überhaupt vor ausgebrochenem Schweiße, ist das Kalttrinken zu meiden; doch sobald der Schweiß in Fluß gekommen, besonders bei sich einstellender innerer Hitze, Durst und Blutandrang zu Lunge und Kopf befördert ein in Zwischenräumen genommenes Glas die wohlthätige Strömung und labt zugleich die Schmachtenden. Bei der eigentlichen Wassercur ist Vieltrinken um so unerläßlicher, jemehr der Körper für den Aufwand von Flüssigkeit Ersatz bedarf, und je dienlicher es bei der gesteigerten Eßlust zur Verdauung ist.

§. 3.

Wie viel und wie oft soll der ganz gesunde Mensch trinken?

Das Maß des täglichen Wassergenusses hängt ab von der körperlichen Beschaffenheit, vom Alter, Geschlechte, Gewohnheit und Lebensart der einzelnen Menschen, und sollte sich eigentlich bei ganz Gesunden, und an das Wasser schon Gewöhnten blos nach der Empfindung des Durstes richten, der immer reichlich zu befriedigen ist, sowohl während als außer den Mahlzeiten. Personen aber, die aus was immer für Ursachen wenig und selten das Bedürfniß zu trinken fühlen, ist sehr zu empfehlen, um Stockungen der Säfte zu verhüten, auch ohne und über Durst zu trinken, besonders am frühesten Morgen, wo man noch nüchtern ist, bei den Mahlzeiten und vor dem Schlafengehen, um Verdauung und Schlaf zu befördern. Solche, und überhaupt an das Wasser gar nicht gewöhnte Menschen, müssen es anfänglich mit Wenigem versuchen, etwa einen und den andern Schluck thun, dann allmählich steigen, bis sie es täglich wenigstens auf eine Maß (ein Quart), die Maß zu acht gewöhnlichen Weingläsern gerechnet, bringen. Diese tägliche Menge wird später nicht blos ohne Nachtheil, sondern mit Nutzen, verdoppelt und verdreifacht werden können, und dieses ist sogar oft unerläßlich; dann theilt man es aber am besten so ein, daß der vierte Theil im Laufe des Vormittags, zwei Viertheile während des Nachmittags, und ein Viertheil Abends und vor dem Schlafengehen genossen wird, oder auch, wie viele Wasserfreunde es machen,

drei Viertheile Vormittag, und ein Viertheil Nachmittag und Abends. Hier bemerke ich noch, wie vortheilhaft es sey, auch beim Wassertrinken eine gewisse und zwar solche Ordnung zu treffen, daß keine unvorhergesehenen Geschäfte und Störungen uns an dem benöthigten Genusse zu hindern vermögen. Schon aus diesem Grunde ist es so vortheilhaft, früh zeitig aufzustehen, und vor Beginn des gewöhnlichen Tagwerks eine solche Menge zu sich zu nehmen, daß man im Nothfall den ganzen übrigen Tag damit auslangt. Es ist nicht blos affectirt, sondern auch nachtheilig, alle Augenblicke nach der Wasserflasche zu greifen; auch hier soll man Zeiten beobachten und dem Magen die nöthige Ruhe zum Verdauen des Wassers gönnen. Uebrigens ist diese Menge veränderlich, und bei kalter Witterung, im Winter, bei lässigerer Thätigkeit soll sie geringer, als im Sommer und nach Anstrengungen seyn. Auch hängt es von der Beschaffenheit und Menge der genossenen Speisen ab, ob mehr oder weniger getrunken werden soll.

Bei Wein- und Biertrinkern, die gewöhnlich einen sehr verschleimten Magen haben, erregt das Wasser, indem es vermöge seiner auflösenden Eigenschaft den Schleim von den Magenwänden ablöst, und die kahlen Wände berühret, anfänglich eine unangenehme Empfindung, ja sogar Uebelkeit, was dann die irrige Meinung veranlaßt, ihr Magen vertrage kein Wasser! Sie mögen jedoch nur die ebenerwähnte Vorsicht gebrauchen, die ersten Male sehr wenig, allenfalls nur einen Eßlöffel voll auf einmal zu trinken; sollte der Magen auch das Wenige nicht anneh-

men, einen kalten Umschlag über die Magengegend zu legen, und ich versichere sie auf Ehrenwort, daß sie hiebei nicht die geringste Erkühlung zu besorgen haben, es mag Winter oder Sommer seyn, sondern vielmehr den besten Erfolg verspüren, und bald des Wassers mehr werden vertragen können.

§. 4.

Wie viel soll man trinken, wenn man sich nicht ganz wohl fühlt?

Es giebt Zustände, wo der Mensch, ohne eigentlich krank zu seyn, auch nicht ganz gesund ist; er ist unaufgelegt, hat zu viel oder Unrechtes gegessen, hat einen verdorbenen Magen, keinen Appetit u. a. Hier heißt es wenig oder gar nichts essen, aber desto mehr trinken, viel mehr als das Bedürfniß des Durstes verlangt, ja alle Stunden, sogar jede halbe Stunde ein kleines Glas voll, besonders im Verlaufe des Nachmittags. Man sagt zwar, nicht einmal das Thier saufe über Durst*); allein die gewöhnliche Menge Wasser, die man sonst täglich zu sich nimmt, um den Durst zu stillen, reicht hier bei weitem nicht

*) Man wiederhole doch nicht ewig das lächerliche Mährchen von den Thieren. Leben wir erst so vernünftig wie diese, und arbeiten wir so tüchtig wie sie, dann mögen wir von ihnen auch das Maß des Trinkens annehmen. Aber wir werden schon elend geboren und machen uns noch elender durch die naturwidrige Lebensordnung der Civilisation. Uebrigens müssen auch kranke Thiere — gezwungen werden, mehr zu trinken, wenn sie ganz und bald gesunden sollen.

aus; denn das frische Wasser muß hier schon als Heilmittel, und nicht zur bloßen Durststillung wirken, es muß verdünnen, auflösen, ausspülen, reinigen und stärken. Dieß kann es aber nur, wenn es in bedeutender Menge getrunken wird. Hier gilt es: „Je mehr, je besser"; der gute Erfolg wird sicher nicht ausbleiben, und man wird gar oft schon durch fleißiges Trinken den Ausbruch einer ernstlichen Krankheit verhüten. Selbst Aerzte erkannten, daß zuweilen das gewöhnliche Maß weit überschritten werden müsse. So heißt es in Vogt's Pharmakodynamik Bd. 1 S. 470: „Bei Nerven- und Gemüthsleiden hat man es (das kalte Wasser) oft in sehr starker Menge gegeben; Auenbrugger gab es unter andern bis zu 20 Maß. Eben so auch muß die Menge bei Würmern groß seyn." In wie großer Menge das kalte Wasser bei wirklichen Krankheiten oder auch nur Unpäßlichkeiten genossen werden müsse, das umständlicher abzuhandeln, ist hier der Raum nicht; aber denjenigen, die nicht eigentlich krank sind, und doch an der Wasserfreundschaft eine verläßliche Stütze für das ganze Leben zu haben wünschen, rathe ich, daß sie gleich anfangs sich befleißen, viel trinken zu können, und dieses große Maß längere Zeit beibehalten, bis ihr Körper sich völlig gereinigt und ihre Uebung sich begründet hat; dann mögen sie mit der Menge wieder etwas sinken, und manchen Tag sogar sich nur mit dem Wenigsten begnügen. In der Regel aber sollte kein gesunder Mensch unter täglichen 1—3 Maß stehen bleiben.

Jenen Mädchen und Frauen, deren monatliche Reinigung nicht regelmäßig von statten geht, auch Wöchnerinnen und Stillenden ist vieles und fleißiges

Wassertrinken sehr zu empfehlen, theils um die innere Aufregung und Hitze zu dämpfen und zu kühlen, theils um bei den letzten besonders Eßlust und Verdauung und dadurch Bereitung guter und reichlicher Milch zu befördern.

Zweites Hauptstück.

Vom äußeren Gebrauche.

§. 1.

Was sind kalte Waschungen und wie werden sie vorgenommen?

Jeder Mensch pflegt der Reinlichkeit wegen, in der Frühe gleich nach dem Aufstehen den Mund auszuspülen, Hände und Gesicht, wohl auch Hals und Brust mit kaltem Wasser zu waschen. Wird nun dieses Waschen auf alle Theile des Körpers ohne Ausnahme, und zwar vom Kopfhaar bis zu den Fußsohlen ausgedehnt, so heißt dieß eine Kaltwaschung. Hiezu ist weiter nichts erforderlich, als ein Schaff*), in das man sich stellt, und das groß und weit genug ist, um das vom Körper abfließende Wasser, welches unvermeidlich herumgespritzt wird, aufzufangen, damit der Fußboden geschont werde; dann ein großer Badschwamm und ein Wasserbecken voll Wasser.

Das Beste und für die Gesundheit Zuträglichste ist unstreitig, diese Waschung unmittelbar aus der Bettwärme vorzunehmen. Man tritt nämlich gleich

*) Sieh die Abbildung davon auf dem Titelkupfer.

vom Bette weg nackt in das leere Schaff und fängt an, mit flachen Händen aus dem vor sich stehenden Wasserbecken zuerst den ganzen Kopf, dann Hals, Brust, Arme, Magen und Unterleib, zuletzt Rücken, Schenkel und Füsse, einen nach dem andern mit kaltem Wasser kräftig abzureiben. Ist dieß ein oder mehrere Mal vom Kopf bis zu den Füssen geschehen, so nimmt man den vollen Schwamm zu Hülfe, drückt ihn auf dem Kopfe aus, daß der ganze Leib von dem herabrinnenden Wasser begossen wird, und kann ebenfalls alle Theile des Körpers damit einreiben. Dann trocknet man sich schnell und alle Glieder reibend ab, oder hüllt sich, aus dem Schaffe tretend, zu diesem Ende in ein bereitliegendes Leintuch, und frottirt sich tüchtig. Erst nachdem man angekleidet ist, nimmt man die gewöhnliche Reinigung des Mundes und der Zähne ꝛc. vor. Fühlt man nachher noch etwas Kälte, so muß man im Zimmer oder, wenn die Witterung es erlaubt, im Freien eine etwas rasche Bewegung machen, bis man vollkommen erwärmt ist.

Diese Waschungen können jedoch auf verschiedene Art, sowohl hinsichtlich der Art und Weise und der Dauer als des Kältegrades des Wassers modificirt und vereinfacht werden. So z. B. pflegen manche — und ich selbst seit langer Zeit — das große Schaff ungefähr 3 Finger hoch vorher mit Wasser anfüllen zu lassen, sich gleich vom Bette weg (worin ich jedoch immer zuerst ein Glas Wasser trinke) hinein zu setzen und schnell mit der Waschung des Kopfes ꝛc. zu beginnen, und sogleich den Schwamm zu Hülfe zu nehmen. Anfänger, so wie schwächliche und sehr empfindliche Personen, werden wohl thun, vorzüglich

im Winter, zu diesen Waschungen abgeschrecktes oder wenigstens solches Wasser anzuwenden, das die Nacht hindurch an einem nicht ganz kalten Orte gestanden ist*).

*) Jene, welche die Vernachläßigung dieser so außerordentlich heilsamen täglichen Waschung damit entschuldigen wollen, daß sie keine Gelegenheit, kein Schaff, keinen Schwamm, nicht Wasser genug haben, mögen die Methode meines würdigen Freundes F. befolgen, welcher mir sein Verfahren auf folgende Weise beschreibt: „Ich stelle ein schlechtes Tischchen in die Mitte des Zimmers; um dasselbe lege ich einige geleimte, schwache Pappendeckel (auch Wachsleinwand thut diese Dienste); in ein Waschbecken gieße ich etwa 2 Maß Wasser, mit dem ich schnell Gesicht, Kopf und Hals wasche und übergieße — nemlich blos mit den Händen. Ein viereckiges Tuch von grober Leinwand tränke ich nun schnell in dem Becken, breite dasselbe nach einander auf Brust, Rücken, Hintertheil und reibe dabei mit den Händen auch die Beine, Arme, Hände, und besonders jene Glieder, die etwa schmerzlich sind, nicht vergessend. Ich wiederhole die Tränkung des Tuches und dieses Auflegen und Reiben zwei oder dreimal; alles so schnell, daß ich in etwa 8 Minuten fertig bin. Damit das, besonders beim Uebergießen herablaufende Wasser nicht über den Deckel, auf dem ich stehe, zum Fußboden komme, stelle ich mich auf ein zusammengelegtes Handtuch, welches den kleinen Strom in sich saugt. Fertig geworden, bringe ich unangekleidet noch einige Minuten mit Auswinden der Tücher, Abwischen des Tisches, Aufstellen der Deckel zum Absteigen, zu, lege mich unabgetrocknet geschwind an und gehe zu meinem Geschäfte. Ich ziehe dieses Verfahren jedem andern schon darum vor, weil es mit dem geringsten Aufwande von Zeit und Mitteln mir möglich macht, das Kaltwaschen alle Jahreszeiten hindurch täglich vorzunehmen, und dabei schon die nöthige körperliche Bewegung ohne Ermüdung zu genießen. Diese Handlung nehme ich am frühesten Morgen sogleich nach dem Aufstehen vor, nachdem

Was insbesondere das Waschen der kleinen Kinder betrifft, sagte schon im vorigen Jahrhundert der berühmte französische Arzt Tissot in seiner „Anleitung für das Landvolk in Absicht auf seine Gesundheit", Zürich 1778 und 1787 §. 384 und 385, vom Kaltwaschen der Neugebornen:

„Der ganze Leib eines neugebornen Kindes ist „mit einem zähen Schleim überdeckt, welcher von der „Feuchtigkeit herkommt, worin das Kind gelebt hat. „Man muß daher die Kinder wenige Tage nach ihrer „Geburt mit kaltem Wasser, wie man es aus „dem Brunnen schöpft, waschen. Man ver„richtet dieß mit einem großen Schwamm, fängt da„mit bei Gesicht, Ohren und Hinterhaupt an, und „geht sodann zu Hals, Lenden, Unterleib, Schenkeln, „Füssen und Armen fort, kurz man wäscht auf solche „Art den ganzen Leib. Man darf dieß aber nicht bei „einem Male bewenden lassen. Die Kinder müssen „ordentlich und alle Tage gewaschen werden, die Wit-

---

ich nur einige Gläser getrunken; das besondere Reinigen der Zähne u. dgl. geschieht erst, nachdem ich angekleidet bin. Doch bemerke ich, daß ich dennoch vor dem Ankleiden den Kopf nur leicht abtrockne, den Hals trocken reibe und besonders die Hände und Füße unmittelbar nach dem Auswinden der Tücher, ebenfalls reibend, vollkommen trocken mache, um das Aufspringen zu vermeiden. Ich entbehre somit leicht die umständlichen Wanne- und Fußbäder, auch unterbreche ich das Waschen selbst bei bedeutenden Unpäßlichkeiten nicht. Alles geschieht im geschlossenen Zimmer, weßhalb ich nie eine Verkühlung erlitt, selbst im Winter nicht, obgleich das Zimmer da nur 4° Wärme hat, und erst nach drei Stunden geheizt wird. So treibe ich es bereits durch 5 Jahre und wünsche es noch ferner so zu treiben. Das Ganze kostet mich nur eine Viertelstunde."

„terung oder Jahreszeit mag seyn, welche sie wolle. „Das Geschrei, das sie anfänglich dabei erheben, „dauert nur wenige Tage; nachher gewöhnen sie sich „so sehr daran, daß es ihnen zum Vergnügen „wird. Die schwachen Kinder haben solches am „meisten vonnöthen, und man wird es nicht glau„ben, wieviel eine solche tägliche Uebung zur Ver„mehrung der Leibesstärke beiträgt.“*).

§. 2.

Sind keine Vorsichtsmaßregeln dabei anzuwenden?

Allerdings.

1. Es müssen diese Waschungen in einem von Luftzug befreiten, und im Winter wo möglich nicht ganz kalten Zimmer vorgenommen werden.

2. Ist jenen, die solche Waschungen nicht gewohnt sind und sie erst anfangen, zu rathen, nicht gleich mit ganz kaltem, sondern mit gemäßigtem Wasser den Anfang zu machen, auch die Zeitdauer abzukürzen, und erst nach und nach zu ganz kalten und längern Waschungen überzugehen. Sie können dauern von 3—15 Minuten.

---

*) Meines Ermessens dürfte man bei neugebornen Kindern, wie ich schon früher bemerkte, anfänglich laues Wasser zum Waschen nehmen, und nur allmählich zu ganz kaltem Wasser übergehen; auch würde ich bei kleinen Kindern anfänglich nur selten zum Gebrauche des Schwamms, mehr aber zu bloßen Einreibungen des Wassers mit flachen Händen rathen, überzeugt, daß durch diese wie durch jenes das heftige Schreien ganz vermieden werden könnte. Nur beendige man das Geschäft sehr schnell.

3. Besonders ist schnelle Bewegung durch Reiben, sowohl mit den flachen Händen als mit dem Schwamme zu empfehlen, um die innere Körperwärme völliger zu entwickeln und den anfänglichen Frost schneller zu beseitigen.

4. Nie darf man bei einem durch Bewegung oder Arbeit erhitzten Körper, und auch nicht bei heftig aufgeregtem Gemüth sich kalt waschen; eben so wenig mit vollem Magen.

5. Man vermeide aber auch nach Möglichkeit eine Waschung bei erkaltetem Körper vorzunehmen, noch mehr, wenn man bereits einen Frostschauer empfindet. Schnell von der Bettwärme oder im Schweiße, den man nach Gräfenberger Weise erzeugte, ist das kalte Waschen am dienlichsten und zugleich am angenehmsten.

6. Ich mache insbesondere aufmerksam, daß um das schmerzhafte Aufspringen der Hände und Füsse, zumal in kalter Jahreszeit zu verhindern, es durchaus erforderlich ist, dieselben nach dem Waschen oder Baden alsogleich gut abzutrocknen, da nur der Hinzutritt der kaltfeuchten äußern Luft zu der weniger durchwärmten nassen Oberfläche der Extremitäten, dieses Uebel verursacht.

§. 3.

Wie oft werden Waschungen vorgenommen?

Einmal soll auch der gesunde Mensch diese belebenden und stärkenden Waschungen keinen Tag weder im Winter noch im Sommer unterlassen; er wird sich aber bald so daran gewöhnen, wie an die bloße tägliche Reinigung des Gesichtes und der

Hände, und die dem Körper und dem Geist daraus erwachsenden Vortheile werden die wenige darauf verwendete Zeit und Mühe reichlich ersetzen. Jedermann weiß, welche Leiden die sogenannten Hühneraugen oder Leichdorne verursachen. Sie entstehen theils von unzweckmäßiger Fußbekleidung, theils von der ganz vernachlässigten Pflege dieses Körpertheiles; denn auch die Hände würden bei gleicher Behandlung Leichdorne erhalten. Wo diese schon völlig ausgebildet sind, wird man sie nur schwer ganz verbannen. Man vermindert und verhütet sie nur durch oftmaliges Waschen und Reiben, welches die Haut weich und glatt erhält. Fußbäder helfen die harte und todte Haut ablösen. Wo aber Füsse zum Aufspringen geneigt sind, bestreiche man die Stelle mit nüchternem warmen Speichel und ziehe schnell den Strumpf darüber; der Speichel enthält wundenheilende Kräfte. — Wie jedoch bei gewissen schon vorhandenen Uebeln zu diesen allgemeinen Waschungen täglich noch mehrmalige einzelne Waschungen des krankhaften und beschädigten Körpertheiles hinzukommen müssen, wird im nächsten Abschnitte gezeigt werden.

§. 4.

Ist bei solchen Waschungen keine Erkältung zu befürchten?

Ganz und gar nicht, im Gegentheil giebt es kein besseres Mittel, sich vor Erkältungen zu schützen, oder sich davon zu befreien, und überhaupt den Körper gegen die oft so verderblichen Einflüsse des Witterungswechsels unempfindlicher zu machen,

ihn abzuhärten und zu kräftigen. Wir müssen bedenken, daß die Kälte des Wassers nur augenblicklich, nur in ihrer Erstwirkung die Haut zusammenzieht und die Poren schließt, daß aber die von innen heraus Wärme erzeugende Nachwirkung, unterstützt durch die Bewegung beim Frottiren, sie bald wieder öffnet, und die Ausdünstung dann mit erneuerter Thätigkeit wieder vor sich geht. Zudem ist ja selbst im Winter, in einem kalten Zimmer die den Körper umgebende Luft stets wärmer, als das kalte Waschwasser, und kann daher um so weniger erkältend wirken, was freilich das Gegentheil bei warmem Wasser seyn würde.

§. 5.

Sind kalte Waschungen und kalte Bäder einerlei?

Keineswegs; Waschungen sind blos Uebergangs- und Ersatzmittel der kalten Bäder. Bei jenen geschieht die Benetzung des Körpers und die Einwirkung der Kälte nur theilweise und nach und nach; bei diesen aber auf einmal und plötzlich, mithin sind auch Erst- und Nachwirkung der Kälte stärker und heftiger bei den Bädern. Ungewohnte mögen daher mit kalten Waschungen den Anfang machen, und erst später zu kalten Bädern übergehen; schwächliche Kinder, alte Leute und brustschwache Menschen mögen sich in der Regel mit der bloßen Kaltwaschung begnügen, um ihre Gesundheit zu befördern und zu erhalten. Auch alle jene Menschen, denen es, besonders im Winter, an Gelegenheit und an den Mitteln gebricht, sich kalte Bäder anzuschaffen, werden in bloßen Waschungen gewünschten Ersatz finden.

§. 6.

Was ist bei kalten Bädern überhaupt zu beobachten?

1. Es wäre ein Irrthum, wenn man glaubte, die Anwendung des kalten Wassers setze auch einen erkalteten Körper voraus. Im Gegentheil soll der Körper in der Regel warm seyn, wenn man zum Kaltbade sich anschickt, d. h. gleich vom Bette weg, oder schnell nach dem Auskleiden, und an gemäßigtem Orte, wo kein Luftzug ist, soll man es vornehmen; bei einem Frostgefühl aber es unterlassen. Beobachtet man nur diese Ermahnung, so ist es gleichgültig, zu welcher Jahreszeit, in welcher Witterung man badet. Auch bei der sogenannten Abhärtung durch kaltes Verhalten ist überhaupt darauf zu sehen, daß der Körper nicht auskühle, und sie besteht zunächst darin, daß derselbe warm bleibe, sich nicht kalt fühle, auch bei Frost, Wind und Regen.

2. Man wende, wie bei den kalten Waschungen, so überhaupt auch bei den Vollbädern (die theilweisen Bäder oder Waschungen behandle ich im nächsten Abschnitt) die Vorsicht an, anfänglich gemäßigtes Wasser von 16—18° zu nehmen, nur kurze Zeit, etwa eine Minute, darin zu verweilen, sich stark zu bewegen und alle Theile des Körpers mit den flachen Händen zu reiben, auch einigemal unterzutauchen. Allmählich schreite man dann zu kälterem, längeren Bade fort, das jedoch bei ganz kaltem Wasser und in gesunden Tagen sich nie über 5 Minuten zu erstrecken braucht.

3. Vor dem Eintritt in das Bad waſche man zuerſt Kopf und Bruſt, um den Andrang des Blutes dahin zu vermeiden; auch die Pulsadern am Arme.

4. Nach dem Austritte aus dem Bade trockne man ſich flink ab, kleide ſich hurtig an, mache körperliche Bewegung und vermeide einige Zeit jeden reichlicheren Nahrungsgenuß, um nicht auf den durch das Bad mehr nach außen gerichteten Lebensproceß ſtörend einzuwirken.

5. Im Sommer ſind für den Geſunden Flußbäder wegen der damit verbundenen, bereits beſchriebenen Vortheile, den Wannebädern vorzuziehen; auch kann man ihrer viel mindern Temperatur wegen, um ſo länger darin verweilen und aushalten. Beſonders vortheilhaft iſt ihr Wellenſchlag, welchem man durch Aufwärtsgehen den Unterleib und die Bruſt, durch Abwärtsgehen den Rücken, wegen des Rückenmarkes und der Hämorrhoiden, länger ausſetzen ſoll. Daß das Schwimmen auch eine der Geſundheit höchſt erſprießliche Bewegung darbietet, verſteht ſich von ſelbſt. Da es eine zu Lebensrettungen oft unentbehrliche Fertigkeit iſt, ſo ſollte zu deren Erwerbung ſogleich in der Jugendzeit jedermann ſelbſt von Staates wegen angehalten werden.

6. Wer ſich durch körperliche Bewegung oder Arbeit erhitzt hat, oder weſſen Gemüth ſehr aufgeregt iſt, hüte ſich ja in's kalte Bad zu treten, bevor der Körper zu völliger Ruhe gelangt iſt. Daß man aber

bei einem durch bloße äußere Wärme, oder warme Körperbedeckung hervorgebrachten Schweiße unbeschadet kalt baden könne; dieß beweisen nicht nur die sogenannten russischen Dampfbäder, sondern auch die von Prißnitz behandelten Kranken sind lebendige Zeugen hievon, da gerade dieser plötzliche Uebergang vom Schwitz- zum kalten Bade schon unzählige heilsame, aber noch niemals — selbst bei der zartesten und empfindlichsten Körperbeschaffenheit niemals — eine nachtheilige Wirkung hatte.

7. Da bei angefülltem Magen jedes Bad schädlich ist, so dürfte der Vormittag vor dem Frühstück oder der Abend vor dem Nachtessen sich am besten zum Kaltbade eignen.

8. Dem Frauengeschlecht ist vor allem zu empfehlen, daß es schon frühzeitig sich mit den Kaltwaschungen vertraut mache, damit bei dem spätern Eintritt der weiblichen Zustände es um so weniger bedenklich werde, dieses vorzüglichen Mittels, dieselben zu erleichtern, sich zu bedienen. Denn meine Erklärung, daß die äussere Anwendung des kalten Wassers auch vor, und während der fließenden Reinigung, ebenso vor und nach dem Wochenbette, nicht nur nicht schade, sondern sehr vortheilhaft sey, beruht auf den zahlreichsten Erfahrungen. Frau Prißnitz nimmt stets eine Woche vor ihrer Entbindung ein Kaltbad und hat das Vergnügen, leicht und schnell zu gebären. Es sind hauptsächlich die Sitzbäder, welche hier gute Dienste thun. Uebrigens ist

es nicht immer nöthig, das kälteste Wasser zu nehmen, und besonders schwächliche krampfhafte Personen wenden abgeschreckte Sitzbäder vortheilhaft an, wie denn überhaupt auf die Beurtheilung des Zweckmäßigen hier alles ankommt. Nur die Furchtsamen, Wasserscheuen schaden sich selbst. Es sollte gerade für diese Zustände ein allgemeiner Volksgebrauch werden, das kalte Baden fleißig zu benützen.

§. 7.

Das Schwitzen.

Bereits vor Prißnitz haben die Aerzte das kalte Wasser als wirksames Mittel, die Gesundheit zu erhalten, und selbst schwere Krankheiten zu heilen, erkannt, und sie benutzten es als Bad, Begießung, Umschlag und vor allem als Fallbad, in allen möglichen Formen. Man wußte auch schon, daß nicht die Kälte an und für sich hiebei alles thue, und aus diesem Grunde setzten z. B. die Römer mit dem kalten zugleich das warme Wasser in Verbindung, indem sie theils in erhitzten Orten, theils nach und mit einem Warmbad die Begießung und das Kaltbad vornahmen. Später entschied man sich darüber, bemerkend, wie wohlthätig die Wärme überhaupt auf den Körper wirke, fast ausschließend für die warmen Bäder, und schon eine Art Naturtrieb führt die Menschen zu denselben hin. Es kam das Kaltwasser selbst außer Gebrauch und in Verruf, so daß man vor demselben eine Art Scheu und Abneigung zu empfinden pflegte. Prißnitz war es vorbehalten, eine Methode zu erfinden, welche auch hier

das Rechte traf. Er verbindet das Kaltbad wesentlich mit einem gleichfalls künstlich hervorgerufenen Schweiße.

Nachdem Prißnitz nemlich durch einen ihn selbst betroffenen schmerzlichen Zufall auf die Heilkräfte des Kaltwassers, innerlich wie äußerlich gebraucht, aufmerksam geworden, machte er doch die oftmalige Bemerkung, daß es den Krankheitszustand weder schnell noch entscheidend genug zu heben vermochte. Wieder ein Zufall war es, welcher ihn das rechte Mittel, den Erfolg herbeizuführen, entdecken ließ. Eine Kuh, die nach mehrmaliger Begießung sich nicht besserte, und die er mit einer Kotze überdeckt im Stalle verließ, traf er beim nächsten Besuch im reichlichsten Schweiße, und wie von einem Instinkt geleitet, übergoß er sie nochmals und fand zu seinem Erstaunen, daß sie hierauf sich wohler zu befinden anfing. Der schnelle Schluß auf die Menschenbehandlung gab sich von selbst.

Zwei Dinge unterscheiden das Gräfenberger Schwitzen von jeder andern Weise, durch Schweißerregung zu heilen. Einmal, daß es nicht durch Arznei oder äußere Bewegung, sondern bloß durch Einhüllen in Wolldecken geschieht, wodurch blos die körperliche Wärme zusammengehalten und zu stärkerer Entwicklung gebracht wird; dann, daß der in strömenden Schweiß gebrachte Körper alsbald in allgemeine Berührung mit dem kältesten Bade kommt, wodurch die von der Schweißerregung ermattete Haut neue Kräfte erhält und zur Ausscheidung der an dieselbe getriebenen innern Krankheitsstoffe gestärkt wird.

Die eigenthümliche Wirksamkeit dieser Schwitzmethode besteht darin, daß sie nicht wie die freiwilligen, oder Arzneischweiße den Körper ermatten oder ihn abmagern, sondern denselben vielmehr kräftigen; dann daß das hiermit verbundene Kaltbad nicht wie die sogenannte trockene Kälte den Körper erkältet, oder die Lunge gefährlich angreift, sondern im Gegentheil Erwärmung zur Folge hat und das Athmungsgeschäft erleichtert. Brächte man den Körper auf irgend eine andere Weise zum Schwitzen, durch Laufen, Arbeiten, Dampfeinziehen u. dgl., so könnte dieß nicht anders geschehen, als durch bis zum Ueberreiz erhöhte Thätigkeit der Lunge, und da würde allerdings ein schnelles Kaltbad nur Schaden stiften, die Lunge angreifen, oder wohl gar mit plötzlichem Schlag bedrohen. Beim Deckenschweiß hingegen bleibt die Lunge in der gewöhnlichen Bewegung, wird sogar durch die zum offenen Fenster einströmende frische Luft und durch den in Zwischenräumen genommenen Kalttrunk gestärkt und der Körper im folgenden Kaltbade nur an der äußern Hautoberfläche erregt.

Staunenswerth sind die Heilerfolge dieser Methode hauptsächlich in den chronischen Uebeln, welche meistens in einem verdorbenen Zustande des ganzen Körpers ihren Grund haben. Mit Recht sagt hievon Herr Munde in seiner „Genauen Beschreibung der Gräfenberger Wasserheilanstalt," 4te Auflage: „Es ist die einzige Art zu schwitzen, welche ein Mensch monatlang, ja Jahrelang täglich anzuwenden im Stande ist, ohne sich zu schwächen; also die einzige, durch welche veraltete Krankheitsstoffe, die eine lange und dauernde Einwirkung möglich machen, entfernt wer-

den können.“ „Es gibt kein (anderes) Mittel, um reichlicher zu schwitzen, ohne sich doch gerade sehr unwohl dabei zu befinden.“ „Ich kann kaum begreifen, wie ein Arzt, welcher diese Methode kennen gelernt hat, noch ein anderes Mittel zum Schwitzen anzuempfehlen vermag.“

In Gräfenberg findet dieses Schwitzen mehr oder weniger fast bei allen Krankheiten statt, nur diejenigen ausgenommen, die in einem blos örtlichen Leiden, wie beim Gliedschwamm u. dgl. bestehen; doch wird in Betreff des Zeitpunkts, wo es angefangen wird, der Dauer und selbst der Beschaffenheit dort sorgfältige Rücksicht gepflogen auf die Krankheit nicht nur, sondern auch auf die Kräfte des Kranken, damit es wirklich fördernd für die Heilung sey; es versteht sich, daß zu diesem Zwecke dort auch andere Umstände mitwirken, besonders die Diät und die Bewegung in gesunder Luft.

In der vierten Morgenstunde erscheint daselbst der Wärter am Bette des Gastes, der bereits auf der sehr umfänglichen Wolldecke (Kotze) geschlafen und sie erwärmt hat. Nachdem dieser auch jede Nachtbekleidung abgelegt, wird die Decke um seinen ganzen Leib so völlig gewickelt, daß blos Augen, Nase und Mund frei bleiben, auch so fest, daß die Beine und Hände nur mit Mühe bewegt werden können; auch noch andere Decken, Mantel u. a. legt der Diener über den Menschenballen so sorgfältig, daß dieser von dem Zugang jeder äußern Luft vollkommen geschützt und der Schweiß allmählig aus den verborgensten Theilen des Körpers gelockt wird. Nicht jeder-

mann ist zum Schwitzen so geneigt, daß es schon in den nächsten Viertelstunden eintritt, ja zuweilen muß drei bis vier Stunden auf den gewünschten Erfolg gewartet werden. Da sucht man sich selbst nachzuhelfen, durch Reiben mit den Händen und Füssen, durch Umwälzen u. s. w. Um nicht locker zu werden, wird der Ballen mit Bändern festgemacht. Das Zimmer soll dabei einen mäßigen Wärmegrad haben, im Winter darf es etwas geheizt werden, im Sommer können die Fenster offen stehen; vor ausgebrochenem Schweiße kalt zu trinken, würde nur den Erfolg verzögern. Ist endlich der Schweiß zum Durchbruch gelangt, so werden — auch im Winter — die Fenster geöffnet, von Zeit zu Zeit — einer Viertel- oder Halbstunde — läßt man sich ein Glas frisches Wasser reichen und verweilt in diesem Zustande so lang als die Umstände erfordern. Es ist zweckwidrig, die Zeit sich durch Lesen kürzen zu wollen, auch in dieser Lage zu schlafen, ist widerräthlich; Ruhe und Geduld, gänzliche Hingebung ist hiebei die angemessenste Gemüthsstimmung, die bald durch Gewohnheit auch das Unbequeme erträglich macht. Man schwitzt gewöhnlich nicht unter einer Stunde, nicht über vier bis fünf Stunden. In einzelnen Fällen thut man dieses namentlich im Sommer, auch zweimal. Aufsteigende Hitze erträgt man nach Möglichkeit und dämpft sie durch einen kalten Trunk. Wird der Andrang zur Lunge und zum Kopfe groß, so hilft man durch kalte Umschläge nach; solche Umschläge kommen zuweilen auch auf den Unterleib oder andere leidende Gliedmaßen. Bei einigen Kranken strömt der Schweiß so allgemein und reichlich, daß er nicht nur durch

Decken und Strohsack dringt, sondern auch in Schüsseln unter dem Bette aufgefangen wird. Da insgemein der mittlere Theil der Matrazen und Strohsäcke am meisten niedergedrückt und durchnäßt wird, so besteht in Gräfenberg die Einrichtung, nicht Matrazen und Strohsäcke im Ganzen, sondern in Theilen (Pölstern) zu haben, was den Wechsel und das Trocknen erleichtert. Sie sind meist mit Heu oder Moos gefüllt. — Wer aus Erfahrung weiß, wie schwer sich diese Theile des Bettes, welche doch täglich aus der Bettstatt gehoben und an die Luft gebracht werden sollten, zu handhaben sind, wird die Einführung solcher Pölster (für die Matraze in der Regel drei, für den Strohsack zwei) überhaupt in den Haushaltungen nützlich finden. — Ist das Maß des Schwitzens erfüllt, oder wird der Kopf trotz aller Hülfsmittel nur noch heißer, so ist es Zeit, sich auswickeln zu lassen. Dieses geschieht sehr schnell, damit der genäßte Körper nicht viel der äußern Luft ausgesetzt wird; man geht sogleich zu der bereitstehenden, mit dem frischesten Wasser gefüllten Wanne (in Gräfenberg mit derselben Kotze bedeckt zu dem etwas entfernten Vollbad), überwäscht schnell Kopf, Brust, dann den ganzen Körper, taucht mehrmals unter, verweilt nicht zu lang im Bade, trocknet sich ab und kleidet sich an. Zeigt der gebadete Körper eine erhöhte Röthe — die Rückwirkung der innern Wärme — so ist dieses ein sehr gutes Anzeichen seiner guten Beschaffenheit. Das Gefühl im und nach dem Bade — nach solchem Schwitzen ist dermaßen angenehm, daß man sich oft der Schwitzqual gern unterzieht, um nur dieses Wohlgenusses theilhaft zu werden.

Frühstück, Bewegung, Arbeit folgt nun; doch bis man noch zur Douche geht, muß nothwendig einige Zeit vorher verfließen, damit der Körper sich vollkommen erwärme und erhole.

Dieses Schwitzen durch Einwickeln oder Einpacken ist das zweckdienlichste, auch nur dann vollkommen, wenn man es durch einen Gehülfen an sich vollziehen läßt. Ein schlechter Ersatz desselben sind die natürlichen Schweiße, die man etwa durch warme Betten hervorruft; denn diese beunruhigen den Schlaf, und werden nie reichlich genug. Indeß ist es auch bei den zufälligen Nachtschweißen, welche uns nicht einschlafen lassen, heilsam, ein- oder zweimal die kalte Abwaschung vorzunehmen, um die übrige Nacht ruhig schlafen zu können. Auf Bequemlichkeit sinnend, kam man auf einen besondern Einfall, allgemeinen Schweiß auch außer dem Bette hervorzubringen und man will davon den gewünschten Erfolg erfahren haben. Auf einem Rohrstuhle sitzend und Körper und Stuhl mit Decken oder Kleidung sorgfältig umschlossen, läßt man unter dem Stuhle eine Geistlampe anzünden und erwartet den Schweiß, der nach etwa 10 Minuten heftig ausbricht. In anderthalb Stunden hat man seinen ganzen Zweck erreicht, und Hr. Munde, welcher das Verhalten genauer beschreibt, versichert aus eigener und Anderer Erfahrung, daß er nicht nur Gichtschmerzen damit vorbeugte oder sie schnell entfernte, sondern auch bei Hals- und Zahnschmerzen mit geschwollenem Gesicht u. dgl. der Erfolg sich einfinde. Zwischenweiliges Trinken, darauf folgende Kaltwaschungen und Bewegung in freier Luft sind damit unerläßlich verbunden.

Doch bemerkt er, daß dieses Verfahren keineswegs die Gräfenberger Vortheile habe, sondern die Haut schwäche und höchstens nur zuweilen, wenn andere Vorbereitungen fehlen und man mit der Zeit geizen muß, anzuwenden sey.

In einigen Fällen führt man das Schwitzen auch durch naſſe Leintücher herbei, in die man sich einwickeln läßt, mit Beifügung der Decke und der andern Vorkehrungen; dieses Schwitzen wird schneller von statten gehen, weniger anstrengend seyn, und besonders bei Fiebern und zu großer Aufregung angewendet.

Fünfter Abschnitt.

Vom Gebrauche des kalten Wassers als Heilmittel*) in Krankheiten.

Erstes Hauptstück.

Die verschiedenen Anwendungen desselben im Allgemeinen.

Es wird nicht vielen Nachdenkens bedürfen, um einzusehen, daß die Eigenschaften und Bestandtheile des kalten Wassers, die es zu einem so vorzüglichen Beförderungsmittel der Gesundheit und Schutzmittel vor Krankheiten eignen, es auch zu einem nicht minder ausgezeichneten Heilmittel in schon bestehen-

*) Die Ausdrücke Heilmittel und Heilkraft dürfen hier nicht streng, im eigentlichen Sinne, genommen werden. Es ist ein Irrthum, zu glauben, daß irgend ein Heilmittel, ein bestimmtes Heilverfahren oder der Arzt die Krankheit geradezu und unmittelbar heile, und daß die Arznei, gleichsam wie ein Besen, die Krankheit aus dem Körper nur hinauskehre und neue Lebenskräfte mittheile. Nicht das sogenannte Heilmittel, sondern das erkrankte Leben heilt sich selbst, vermög des ihm einwohnenden eigenthümlichen Triebes, den feindseligen Eingriff abzuwenden, das Krankmachende auszustoßen, das gestörte Gleichgewicht aus und durch sich selbst wieder

den Krankheiten machen müsse. Diese ihm inwohnende Heilkraft ist weder erst von heute, noch von gestern bekannt, sie ist es fast so lange, als das Wasser selbst; aber die richtige und wissenschaftlich begründete Kenntniß ihrer Anwendung blieb theils mangelhaft und einseitig, theils Jahrhunderte hindurch unbeachtet und vernachläßigt; selbst heutzutage ist diese Kenntniß, trotz der vielfältig damit angestellten Versuche und Erfahrungen, und der von Prißnitz gelieferten herrlichen Resultate, doch noch weit von jenem Grade der Vollkommenheit entfernt, dessen sie fähig ist, und welcher aus der größern Verbreitung derselben, und aus den manigfaltigen Wahrnehmungen und Beobachtungen unterrichteter und unbefangener Aerzte nothwendig hervorgehen muß.

Daß das kalte Wasser aber, wenn es gleich so wenig als irgend ein anderes Mittel ein wirkliches

---

herzustellen, die freie Thätigkeit des menschlichen Organismus zu entwickeln, und so die Gesundheit wieder zu gewinnen. Diese immer wunderbare, von der Natur mit jedem Organismus verbundene Kraft ist die eigentliche Heilkraft, die Naturheilkraft; alles äußere und innere Heilverfahren kann blos dahin gehen, und das Bestreben des Arztes, der Zweck der gereichten Heilmittel nur der seyn, die Wirkung dieser Naturheilkraft zu befördern, damit die letzte selbst alles Hinderniß beseitige, und sich als eigentliche Lebenskraft wieder mit völliger Freiheit bewege. Nähern Aufschluß hierüber, so wie über manches andere Wissenswürdige in der Heilkunst enthält das vom Verfasser erschienene Werkchen: „Briefe über Krankheitsheilung und Gesundheitspflege mit vorzüglicher Rücksicht auf die Kaltwasser-Heilmethode. Jungen Aerzten und gebildeten Layen zum Nachdenken gewidmet"

Universalmittel (Panacée) genannt werden kann, nicht nur für einzelne und gewisse, sondern in den meisten uns bekannten und der Heilkunst zugänglichen Krankheiten, sie mögen schnell verlaufende (acute) oder langwierige (chronische) seyn, seine wohlthätigen Wirkungen äußern müsse, und bei zweckmäßiger Anwendungsart auch immer äußert; hievon wird uns ein prüfender Vergleich seiner Wirkungen mit jenen der arzneilichen Heilmittel am besten überzeugen. Die gepriesenen Kräfte aller bisher in der Medicin gebräuchlichen Arzneimittel laufen nemlich darauf hinaus, daß sie entweder herabstimmen, kühlen und zertheilen, oder aufregen, reizen und stärken, oder aber auflösen und ausleeren. Eben dieselben Wirkungen äußert aber auch das kalte Wasser, wie wir bereits im dritten Abschnitte gezeigt haben; keine derselben versagt es; mehre äußert es nach dem Zeugniß der berühmtesten Aerzte aller Zeiten in einem viel ausgezeichneteren Grade als irgend ein anderes Arzneimittel, namentlich seine kühlende, blut- und schmerzstillende Eigenschaft, wodurch es heutigen Tages in der Wundarzneikunde (Chirurgie) eine so vorzügliche Rolle spielt, daß die geschicktesten Wundärzte in den allermeisten Fällen nichts anders anwenden als Wasser, und zwar ganz kalt zur Stillung des Blutes und Verhinderung der Entzündungen, lau aber zur Beförderung des Heilungsprocesses. Was aber dem kalten Wasser als Heilmittel noch ganz besondere und wesentliche Vorzüge vor den übrigen Arzneimitteln gewährt, ist erstens, daß es uns auch in den dringendsten und heftigsten Umständen immer zur Hand ist, wo die Rettung nur bei schneller Hülfe noch möglich wird; zweitens trifft die in der Me-

dicin gebräuchlichen Arzneimittel insgesammt der Vorwurf, daß sie den Organismus nur örtlich und bruchstückweise in Anspruch nehmen, dabei aber in denselben häufig zu stark eingreifen, auch auf die Lebensverrichtungen zu feindselig einwirken, daher jene nachtheiligen Folgen hinterlassen, welche den Patienten nach überstandener Krankheit oder während derselben noch plagen, und die oft so langwierigen und lästigen Reconvalescenzen herbeiführen, oder das bekannte arzneiliche Siechthum zurücklassen, wogegen das kalte Wasser in der Regel von all dem nichts weiß, sondern vollständig, sicher und ohne Nachwehen heilt. *)

---

*) Ich kann nicht umhin, hier die Schilderung wörtlich einzurücken, welche Dr. Granichstädten in seinem Handbuch der Wasserheillehre von zwei Kranken macht, deren einer nach gewöhnlicher Kunstweise, der andere mit Wasser behandelt wird. Er schreibt S. 142:

„Man gebe mir zwei mit eingewurzelter, allgemeiner Syphilis in gleichem Grad behaftete, bereits früher mit Mercur behandelte Kranke, deren einen ich auf die gewöhnliche Weise, den andern mit Wasser behandeln soll, und betrachte bei beiden die Wirkungen der Kur.— Während mein neptunischer Kranker in Gottes freier Luft, bei immer zunehmendem Appetit und Munterkeit sich zwar vom kalten Wasser tüchtig durchpeitschen lassen wird, dabei aber ein Uebel nach dem andern schwinden sieht, und schon im Beginne der Kur volles Vertrauen in seine gänzliche Genesung erlangt, wird der Verehrer des Handelsgottes in verschlossener Stube, bei strenger Diät, Ekel vor Speisen, Niedergeschlagenheit des Geistes und unsäglichem Mißbehagen, seinen Zustand täglich verschlimmert sehen; während jener sich eines festen und ruhigen Schlafes erfreut und zum Schwitzen geweckt werden muß, wird dieser seine Nächte meist schlaflos und qualvoll zubringen; während jener Berge

Da aber die Wirkungen, die das kalte Wasser als Heilmittel äußert, sehr verschieden sind, je nachdem seine Anwendung durch die mancherlei Krankheiten bedingt und gefördert wird, so wollen wir dieselben in Beziehung auf Kranke etwas näher betrachten.

---

und Klippen besteigt, werden diesem zu Hause in Folge der Pillen, Latwerge und Salben die Zähne locker und der stinkende Geschmack seines Mundes ihm selbst ekelhaft werden; während jener seinen Durst mit frischem Quellwasser löscht, wird diesem ein fades Decoct oder abgestandenes Wasser gereicht; während der Körper des Letztern mit Mercur geschwängert wird, der, wenn er auch das syphilitische Gift zerstört, doch selbst als immerwährender Krankheitsstoff zurückbleibt, scheidet sich beim ersten mit dem neuen Uebel auch das vor zehn und mehreren Jahren gebrauchte Quecksilber in verschiedener, ja mitunter sogar in metallischer Form mit dem Eiter, Speichel, Schweiße und Urin aus; kurz während jener seufzet und ächzt, scherzt und lacht dieser, und während jener für seine Umgebung ein Bild des Jammers ist, freuen sich die Angehörigen des andern über die augenscheinliche Verbesserung seines Zustandes. Und betrachten wir nun die Patienten nach geendigter Kur. Mag der Wassermann auch noch mit schmerzlichen Ausschlägen, Blasen und Furunkeln bedeckt seyn, er wird sie freudig vorweisen, dabei aber kräftig und gesund, gegen die Einwirkung der Kälte gestählt, das Wasser preisen; — neben ihm aber wird ein ausgemerkeltes, entkräftetes, mißmuthiges Wesen vor jedem Lufthauche erbeben, nach der geringsten Anstrengung ermüden, jeden schmackhaften Bissen mit einer Indigestion bezahlen, und mit Schaudern an Salben und Pillen zurückdenken. Und nach allem diesen werde ich dem einen vollkommene Genesung verbürgen können, wenn er anders sich nicht neuerdings verdirbt, und nur Wasserfreund bleibt; dem andern aber selbst bei dem besten Verhalten keine ähnliche Zusicherung zu ertheilen vermögen."

Was die innerliche Anwendung des kalten Wassers als Getränk betrifft, so ist bereits früher des großen Vorurtheils Erwähnung geschehen, nach welchem man befürchtet, das kalte Wasser als Getränk möchte den Kranken schaden. Das Verlangen nach Wasser, und nur nach kaltem Wasser, das fast alle Kranke instinctartig und heftig äußern, ist eine wohlthätige Wirkung der Heilkraft der Natur, die vor Allem zu befriedigen ist. Es ist der köstlichste Labetrunk für den Kranken, und wird nicht nur als Wasser seine reinigende, abspülende und auflösende, alle Aussonderungen befördernde Kraft in ihm beurkunden, sondern auch vermög seiner sonstigen Eigenschaften als wahres Heilmittel diejenigen wohlthätigen Wirkungen in ihm hervorbringen, welche ein gewisser Grad von Kälte vermehren und steigern kann, ja manche Krankheit wird durch fleißiges Trinken allein schon gehoben, und es ist wenigstens sehr zweifelhaft, ob manche Heilung, welche man den künstlichen Arzneimitteln zuschrieb, nicht allein durch deren Flüssigkeit, also blos durch ihre wässerigen Bestandtheile, und durch das nebenher noch zum Durstlöschen bewilligte frische Wasser zu Stande gekommen ist.

Aeusserlich wird das Wasser bei Kranken in mannigfaltigeren Formen anwendbar als bei Gesunden. Im Allgemeinen gilt davon, daß auch das Wasser zum Baden und Waschen in der Regel ein frisches seyn soll, kein abgestandenes, kein früher gefrornes, kein der Sonne lang ausgesetzt gewesenes, wie es bei den Flüssen im Sommer der Fall ist, da ein solches mehr oder weniger des so heil-

samen kohlensauren Gases beraubt ist. Das meiste kommt darauf an, daß der Körper schnell allgemein von dem Wasser bedeckt wird, damit nicht ein oder der andere Theil desselben benetzt, der Luft preisgegeben sey. Im Vollbade taucht man gleich anfangs und auch später einigemal mit dem Kopfe unter, um den Blutandrang dahin zu vermeiden. Im Halbbade läßt man sich von einer andern Person aus einem Kruge begießen. In beiden beobachtet man, daß man sich mit den Händen oder einem Tuche viel reibt oder reiben läßt, und daß man es sogleich verläßt, wenn nach dem ersten Froste beim Einsteigen, welcher bald überwunden ist, sich ein zweiter einzustellen beginnt. Dasselbe gilt von der Douche. Nach dem Bade trocknet man sich schnell ab, kleidet hurtig sich an, macht Bewegung und trinkt dabei einige Gläser Wasser nach. Erfordern es die Umstände, ein mehr gemäßigtes Bad zu gebrauchen, so bereitet man dieses schnell durch ein in die mit frischem Wasser gefüllte Wanne zugegossenes heißes, was man Abschrecken nennt. Schwächliche Personen fangen nie mit dem kalten Vollbad an, sondern stellen sich erst in eine Wanne mit lauem Wasser, steigen dann auf wenige Augenblicke in die kalte, und alsbald zurück in die laue; dieses mehrmal hinter einander, bis sie länger in der ersten verweilen; alles dieses unter beständigem Reiben, Untertauchen oder Begießen. Nur wenn dem Bade ein Vollschweiß vorhergeht, muß man alsogleich ins kalte Bad stürzen. Ehe aber dieser kräftigste Theil der Wasserkur statt findet, muß die oben beschriebene Weise des Wechselns zu-

weilen durch einige Tage, manchmal noch länger als Vorbereitung geübt werden.

Die bisher bekannten Arten des äußerlichen Bades sind:

1. Bloße Abwaschungen, von denen in diätetischer Hinsicht das Nöthige oben mitgetheilt ist, werden als Heilmittel nur bei starker fieberhafter Aufregung, und bei sehr großer Schwäche, anstatt der Bäder vorgenommen. Bei geringen Uebeln, angehender Gicht, reizbarer und erschlaffter Haut, sind sie in Verbindung mit fleißigem Trinken oft schon für sich hinreichend, diese zu beseitigen.

2. Vollbäder,*) in welchen man nur kurze Zeit, von einer halben bis 8 Minuten unter beständigem Reiben der Glieder verweilt. Es sind entweder Wannebäder, oder solche, die einen steten Zu- und Abfluß des Wassers haben. Die letzten sind in den Fußboden gesenkt, und haben nebst der stets gleich frischen Wassertemperatur noch den Vortheil, daß die vom Körper sich ablösenden und auf

*) Gewöhnlich nennt man Vollbäder diejenigen, welche von solchem Umfang sind, daß eine Anzahl Personen darin herumgehen kann; diese sollten aber vielmehr Gemeinbäder heißen, und obige Benennung auf Bäder beschränkt bleiben, welche den Badenden bis an die Brust reichen; ihnen zur Seite stehen die Halb- und Theilbäder, deren Erwähnung im Folgenden geschieht. Ob in einem Bade sich nur eine Person badet, oder mehrere darin gleichzeitig sich befinden, ist in Bezug auf das Heilgeschäft eine ganz gleichgültige Sache.

dem Wasserspiegel sich sammelnden Unreinigkeiten immer wieder hinweggespült werden. Ihnen geht immer ein allgemeines Schwitzen vorher, und sie sollen geräumig seyn, daß man darin auch völlig untertauchen kann. In Gräfenberg sind einige derselben so umfänglich, daß sie selbst das Schwimmen gestatten. Bei ihrem Gebrauch ist stets ein Wärter zugegen, die nöthige Hülfe zu leisten.

3. Halbbäder werden in gewöhnlichen Wannen genommen, die man aber nur etwa 6 Zoll mit Wasser füllt. Prißnitz bedient sich ihrer theils als Vorbereitung der Neulinge zu den Vollbädern, indem er das Wasser durch Zuguß eines heißen Wassers auf 12 — 18° Wärme mäßiget, was er „Abschrecken" nennt, theils als Aufregungsmittel, wohl auch um den Blutandrang und sonstige Reize nach andern weniger gefährlichen Körpertheilen abzuleiten. Bei der Kur zu Hause eignen sie sich auch zu einem nach dem Schwitzen vorzunehmenden Bade, wobei noch Begießung des Kopfes und Reibung aller Glieder erforderlich ist.

4. Oertliche Bäder und zwar je nach den Körpertheilen, die längere Zeit dem Wasser preisgegeben werden:

a) Sitzbäder. Hiezu dienen runde kleine Wannen, die so weit mit — nach Umständen mehr oder weniger — kaltem Wasser gefüllt sind, daß es, wenn man sich hineinsetzt, beinahe den Nabel erreicht. Der obere Theil des Körpers, auch die Füße bleiben bekleidet, und das Hemd wird obenauf

zusammengerollt, damit es nicht ins Wasser falle. Personen, bei denen das Blut sich leicht zu Kopfe drängt, müssen beim Einsitzen ein kaltnasses, doch ausgerungenes Tuch um den Kopf legen. Auch während dieses Bades reibt man fleißig die im Wasser befindlichen Theile, in gewissen Fällen, besonders bei Krämpfen, selbst die zu solchem Behuf entblößten Füsse. Nach der Beschaffenheit verweilt man eine Viertelstunde und auch viel länger darin, dann aber folge so lang eine mäßige Bewegung, bis das Gefühl von Kälte vorüber ist. Diese Art der Bäder, deren wohlthätige Erfindung wir Prißnitz verdanken, ist von vielseitigem Gebrauch und Nutzen. Als Stärkungsmittel für die dem Wasser ausgesetzten Theile (z. B. die Geschlechtstheile, bei weißem Fluß u. s. w.) haben sie nicht über eine Viertelstunde zu dauern, müssen aber öfter wiederholt werden. Bedarf man einer kräftigern Einwirkung, wie bei Unterleibsbeschwerden aller Art, bei Verletzungen, Diarrhöe, Hämorrhoiden u. dgl. oder als Ableitungsmittel, wie bei Congestionen nach den höheren Theilen, Entzündungen und Fiebern, so muß man je nach den Umständen von ½ — 2 Stunden darin verweilen. Man nimmt hiezu ein Schaff von 22 — 24 Zoll Durchmesser, je nach dem Umfange des Körpers, mit 3 Füßen, deren einer sich vorn befindet, das Umfallen zu hindern. Der vordere Theil ist ausgeschnitten, daß er 9 — 10″ Tiefe im Lichten behält. Die Dauben des hintern Theils sind 5 — 6″ höher und dienen als Lehne, um den Rücken anlegen und die Arme aufstützen zu können. Die Höhe des ganzen Gefäßes mit den Füßen von 3 — 4″, den Boden von

1″ Dicke eingerechnet, beträgt also etwa 18—21 Zoll. In Wien verfertiget der Faßbinder Jos. Waldthier (Weißgärber Nr. 38, oder Stadt, neben dem Polizeigewölbe, Sterngasse Nr. 450) sehr zweckmäßige, feste Sitzschaffe zu billigem Preis. Man sitzt ganz angekleidet in diesem Bade, und hat nur das Hemd nach oben zusammengerollt, während man sich vorn mit dem abgezogenen Beinkleide oder einer Decke verhüllt, um sich nicht zu verkühlen.

b) Fußbäder. Sie sind bei Prißnitz dreierlei: Sohlen-, Knöchel- und Buttenbäder, je nachdem das Wasser nur die Fußsohle umgeben, oder bis an die Fersenknöchel reichen, oder die ganzen Beine selbst, ein einzelnes oder beide zugleich, so hoch es nöthig ist, bedecken soll. Sie sind ein ausgezeichnetes Ableitungsmittel, besonders bei Kopf- und Zahnschmerzen, zugleich das beste Mittel wider kalte Füße; nur soll man nicht mit schon erkälteten Füßen ins Bad gehen, sondern diese vorher durch Bewegung oder Reiben erwärmen, was auch nach dem Bade geschehen muß. Man verweilt gewöhnlich so lange darin, bis das Wasser lau zu werden anfängt, etwa über eine halbe Stunde. Nichts ist den Füßen nachtheiliger als Verwahrung derselben durch wollene Strümpfe, Ofenwärme u. dgl. Ein tägliches kaltes Fußbad schützt vor dem Erfrieren in kalten Stuben oder auf nassem, beschneiten Wege. Im Falle, daß man zu Wagen auf Reisen u. a. längere Zeit sich der Kälte ausgesetzt sieht, empfiehlt Prißnitz in Wasser getauchte, dann ausgerungene wollene Strümpfe (wollene, weil sie mehr Wasser

anſaugen, als die zwirnenen, über die man trockne zieht und Stiefel oder Schuhe nimmt; in beſondern Fällen legt man noch Decken über die Füße, bis an das Knie hinauf. So kann man halbe Tage lang der Kälte ausgeſetzt dauern. Hr. Munde räth, zuweilen dabei abwechſelnd eine halbe Stunde zu gehen, um den kältern Extremitäten Wärme aus dem übrigen Körper zuzuführen.

c) Kopfbäder werden in einer großen tiefen Schüſſel (oder mittelſt einer andern zweckmäßigen, vielleicht erſt noch zu erfindenden Vorrichtung) genommen, indem man zuerſt die eine Seite des Kopfes, nach einigen Minuten den Hinterkopf, dann die andere Seite, und zuletzt nochmals den Hinterkopf in das Becken hält. Um dem Körper aber eine bequemere Lage zu verſchaffen, als es ſtehend oder ſitzend möglich iſt, legt man ſich auf eine im Zimmer ausgebreitete Matraze, an deren oberes Ende die Schüſſel geſtellt wird. Sie dauern 10 — 60 Minuten, und das Waſſer wird nach Umſtänden mehrmal gewechſelt. Sie leiſten ſehr gute Dienſte bei rheumatiſchen Kopfleiden, ſowie bei Augen-, Ohren- und Naſeübeln. Bei Augenleiden werden mit dieſen

d) Augenbäder verbunden, wozu man gewöhnlich eigene kleine Becher hat, deren Mündung kahnförmig ausgeſchweift iſt, und welche man mit kaltem Waſſer gefüllt, niedergebeugt ins offene Auge hält. Prißnitz läßt ſie meiſtens 5 Minuten dauern.

e) Naſenbäder. Dieſe beſtehen in einem wiederholten Einziehen und Herausſtoßen des kalten Waſ-

sers, und sie erweisen sich heilsam bei Stock- und Fließschnupfen.

f) Mundbäder. Man nimmt den Mund voll kaltes Wasser, behält es bis zum Lauwerden darin, oder gurgelt sich gelinde, spuckt es dann aus, und nimmt wieder frisches, je nach den Umständen, ½ bis über 1 Stunde lang. Sie reinigen und stärken die Gebilde der Mundhöhle, verhüten die Entstehung von Schwämmchen, und sind vorzüglich bei Verschleimungen heilsam. Oft reichen schon diese Mundbäder hin, beschwerliche Uebel: Husten, Heiserkeit, Halsweh u. dgl. zu heben, und Hr. Pauly in Wien, (früher in Preßburg) hat das Verdienst, auf die Wirksamkeit derselben besonders aufmerksam gemacht zu haben, indem er, durch ihren sogar tagelang fortgesetzten Gebrauch allein, verschiedene andere der bedeutendsten Krankheiten geheilt haben will.

g) Hand-, Arm- und Beinbäder u. dgl., je nachdem die Leiden dieser Glieder sie erfordern. Man hält dieselben eine Stunde und darüber im Wasser; zuweilen gibt man ihnen auch nur bloß einen kalten Umschlag, während der zunächst untere Theil zur Ableitung ins Wasser kommt, wie z. B. bei Entzündungen.

5. Fallbäder, besonders in chronischen Krankheiten, um das festsitzende Uebel aufzuregen und zum Weichen zu bringen. Es gibt der Fallbäder mehrerlei Arten:

a) Gießbäder, wo der Körper oder einzelne Theile mit kaltem Wasser von einer geringen Höhe herab mittels einer Kanne oder einem Kruge reichlich überschüttet wird. Bei der blos häuslichen Kur sind sie ein Ersatzmittel der

b) Sturz- oder Douchebäder, welche darin bestehen, daß das Wasser irgend einer hochliegenden Quelle in eine Rinne geleitet wird, um daraus als stärkerer oder schwächerer Strahl von 10—20 Schuhe hoch auf die entblösten Körpertheile herabzufallen. Man braucht dieselben bei nicht erkaltetem Körper, indem man sich schnell entkleidet, vor dem Treten unter den eigentlichen Strahl sich erst Hände, Gesicht, Brust und Kopf wäscht, darauf den ganzen Rücken, und durch längere Zeit diejenigen Körpertheile, welche der kräftigeren Einwirkung der Douche bedürfen, dem Wasserstrahl aussetzt, das Reiben dabei nicht vergessend, und sich nach allen Seiten wendet, doch ohne den Kopf oder den Magen selbst unmittelbar dem Strahle preiszugeben. Um den Kopf zu douchen, hält man die beiden Hände mit verschränkten Fingern so über den Kopf, daß sie eine Art Brücke bilden, und nur den gebrochenen Strahl hindurch lassen. Die Douche dauert 2 bis höchstens 15 Minuten nach den besondern Verhältnissen; man hält sie nicht leicht noch länger aus; dann trocknet man sich schnell ab, kleidet sich an, trinkt Wasser, und sucht durch schnelle Bewegung das Gefühl der Kälte zu verscheuchen. Bei festsitzenden rheumatischen und gichtigen Schmerzen grenzen die Wirkungen der Douche oft an das Wunderbare;

auch gibt es nichts, was die Haut, die Muskeln und Nerven mehr zu kräftigen und abzuhärten vermöchte. In Gräfenberg hat man jetzt 10 solcher Douchen nach verschiedener Höhe, abgesondert für die Geschlechter, und da sie von den Wohnhäusern etwa eine halbe Stunde entfernt, im Bergwalde liegen, so ruht man beim Ankommen erst aus, bis die Lunge sich wieder beruhiget hat, und hat beim Rückgehen ins Thal zugleich die beste Gelegenheit, sich durch Bewegung zu erwärmen.

c) Regenbäder. Es gibt Fälle, wo Kranke den mächtigen Schlag eines Sturzbades nicht vertragen, dagegen vielmehr einer gleichzeitigen Anregung des Körpers bedürfen, und dieses selbst als fortgesetzte Kur, folglich mittelst einer Veranstaltung, die man selbst zu Hause ohne Unbequemlichkeit sich beischaffen kann. Zu diesem Ende braucht man ein Spritzbad, welches durch eine an die Wasserröhre gesteckte Brause, dergleichen die Gärtner an ihren Gießkannen haben, bereitet wird, oder irgend eine andere Badmaschine, deren verschiedene Röhren den Wasserstrahl in tausend einander durchkreuzenden Faden — ein selbst dem Auge ergötzliches Schauspiel — nach allen Richtungen vertheilen, so daß sie die Form einer herabfallenden und aufsteigenden, wie auch der Seitendouche vereinigend, den Körper in der That wie mit einem Staubregen umgeben. Zur Schonung des Fußbodens und der Möbel hat man hiezu eigene Badschränke erfunden, die außerhalb des Gebrauches eine ganz artige Zimmereinrichtung darstellen, oder auch selbst im kleinsten Raum verpackt

auf Reisen mitgenommen werden können, und wovon bereits Erwähnung geschah. Eine solche Maschine sollte in jeder zahlreichern Hausgemeinde vorhanden seyn, besonders da, wo es die Zeit nicht erlaubt, auswärtige Badanstalten zu besuchen. Kindern gewähret sie beim Gebrauche ein Vergnügen.— So einladend und nach Umständen zweckmäßig die Anwendung dieser Regenbäder ist, den Vorzug müssen sie doch überall den guten Natur-Douchen einräumen; in Gräfenberg kennt man weder die Brausen noch den Wasserstaub. Die Badschränke zumal behindern sehr die freie Bewegung des Körpers nach allen Seiten und die so nöthige Reibung desselben. In vielen Fällen scheinen die Regenbäder mehr einer Lust an Künsteleien, als dem wahren Bedürfniß zu entsprechen, nicht unähnlich dem Luxus der Küche in Speisen und Geräthen. Uebrigens zeigen diese Erfindungen doch, wie leicht man an jedem Flusse, an jeder Badanstalt, bei jedem Hausbrunnen, in jedem Zimmer ein Fallbad mit wenigen Kosten zu errichten im Stande ist, und dienen dazu, das Kaltbaden allgemeiner zu empfehlen.

d) Das Tropfbad. Solche Theile des Körpers, an denen ein Leiden mit Hartnäckigkeit haftet, bedürfen derjenigen Anregung, welche stattfindet, wenn man eine Masse des frischen Wassers aus angemessener Höhe tropfenweise auf dieselben fallen läßt. Dieses besonders bei einem Schmerze, welcher in den Gelenken sitzt. Die kurz oben bezeichneten Badmaschinen sind auch hiezu vortheilhaft anzuwenden.

6. Klystire oder Darmbäder und andere Einspritzungen. Diese finden ihre Anwendung in all denjenigen Fällen, wo eine kräftigere Einwirkung auf den innern Leib erforderlich ist, als durch bloßes Trinken und äußerlich Baden bewirkt wird, z. B. beim Durchfall, bei der Verstopfung, Leiden der Gebärmutter u. dgl.

7. Umschläge oder Bähungen (Fomente). Schon bei den Halb- und Sitzbädern hätte ich erinnern sollen, thue es aber lieber hier, daß dieselben, so wie die Umschläge in zweifacher Weise gebraucht werden können, nämlich als blos kühlende und als solche, die auch erwärmen, jene bei entzündlichen Uebeln, diese bei Nervenzuständen. Wo die Bäder und Umschläge dem Zwecke der augenblicklichen Einwirkung und Stärkung dienen sollen, dauern sie nur kurze Zeit, oder werden schnell hintereinander erneuert. In andern Fällen bleibt man im Bade so lang, bis das Wasser ganz erwärmt ist, und läßt den Umschlag liegen, bis er warm oder getrocknet worden. Nach Beschaffenheit des zu bähenden Körpertheiles (des Fingers, Arms, Fußes, Rückens, Magens, Kopfes) wird ein größeres oder kleineres Stück Leinwand (wo der ganze Körper zu umwickeln ist, ein Leintuch) von gröberer oder feinerer Beschaffenheit (gröbere, wo, wie beim Unterleib, Kopf u. dgl., das Tuch mehr Wasser an sich halten soll) in frischem Wasser schnell durchnäßt, eben so schnell ausgewunden, und gleichfalls schnell aufgelegt, dann aber mit einem trocknen Tuch oder Wachstaffet überschlagen, um das Hemd u. dgl. nicht un-

nöthig zu nässen, und befestigt. Die kühlenden Umschläge, weniger stark ausgewunden, werden oft hintereinander erneuert, bis der Schmerz oder andere Gefahr beseitigt ist, und man sie dann auf dem behandelten Theile liegen läßt; die erwärmenden werden dagegen sehr stark ausgerungen, fest angelegt und sorgfältig mit Trockenem überschlagen und gebunden, damit kein Dazwischentreten der äußern Luft möglich ist. Sehr wohlthätig wirkt bei den letzten, die zwischen ihnen und der Haut sich bildende Wärme und Ausdünstung, wodurch nemlich Entzündungen geheilt, Schmerzen gelindert, bösartige Stoffe ausgeschieden werden. In welchem Maße das Letzte stattfindet, ersieht man beim Auswaschen dieser Umschläge, indem das Wasser völlig trübe wird. Das Einschlagen des ganzen Körpers durch ein Leintuch geschieht, indem man das Leintuch in eine Wanne taucht, es stark auswindet, auf die Wolldecke breitet, den Leidenden nackt mit demselben fest umschlägt, darüber die Decke sorgfältig packt, wohl auch Betten hinzuthut und je nach Umständen diesen Vorgang halbstündig erneuert, oder auch den Umschlag liegen läßt, bis zum Ausbruch des Schweißes. Dieses Einschlagen wird angewendet in Fällen, wo der Kranke zum Schwitzen durch die bloße Decke nicht geeignet ist, bei schwächlichen Personen, Kindern, in Nervenleiden, Fiebern u. dgl., weil damit das Schwitzen mit geringerer Anstrengung und schnell erzielt wird. Bei Hautkrankheiten treiben sie den Ausschlag hervor. Doch während des Frostanfalles ist es nicht anzuwenden.

Diese Gattungen der Umschläge spielen bei gich-

tischen und rheumatischen Schmerzen, bei allen chronischen Uebeln, bei Brand, Krebs, Knochenfraß und syphilitischen Geschwüren eine höchst bedeutende Rolle; bei allen Krankheiten, die eine längere örtliche Einwirkung erfordern, bei allen äußeren Verletzungen sind sie vom auffallendsten Nutzen; doch erheischt es ein sorgfältiges Studium, einen ganz besondern Takt — Prißnitz ist darin Meister — um in wichtigen Fällen die richtige Wahl zu treffen, um zu unterscheiden, wann das Schwitzen durch Wolldecke oder Leintuch, wann kühlende oder erwärmende Umschläge anzuwenden sind; und ein verkehrter Gebrauch kann die Heilung hinausschieben, oder selbst lebensgefährlich werden. Hieraus bestätigt sich aber auch meine schon oben gemachte Bemerkung in Betreff der eigentlichen Wassercur, theils wie groß diejenigen irren, welche der Meinung sind, daß die ganze Wasserheilkunde empirisch in bloßem, wie immer beliebten Trinken, Waschen und Baden bestehe, theils auch wieviel von der richtigen Anwendung des kalten Wassers und von der zweckmäßigen Verbindung der verschiedenen Arten, es in den mancherlei Krankheiten anzuwenden, abhange, und wie unerläßlich es sey, daß man in wichtigen Fällen sich der Hülfe einsichtiger, kunstverständiger Männer, d. h. der Aerzte bediene, welche sich durch vielfältige Erfahrung und fleißiges Nachdenken eine genaue und vertraute Kenntniß dieses heilsamen Naturmittels und seiner Wirkung auf den menschlichen Körper erworben haben. Bei wirklich ausgebrochenen Krankheiten kann man daher nicht ernstlich genug vor der Gefahr des Selbstcurirens warnen, und es ist dann jedes Kranken und

seiner Angehörigen heilige Pflicht, einen Arzt zu rufen, und nur von ihm eine durchgreifende Wassercur vornehmen zu lassen.

Aus diesem Grunde ist auch in gegenwärtiger Auflage dieses Büchleins das frühere alphabetische Verzeichniß der gewöhnlichsten Krankheiten mit ihrer Behandlungsweise dahin abgeändert worden, daß die eigentlichen Krankheiten, die ausschließlich der Hülfe eines Arztes bedürfen, weggelassen und nur die Unpäßlichkeitsfälle, in denen man durch zweckmäßigen Wassergebrauch sich schnell wieder zu helfen vermag, oder dem Ausbruch einer bedeutenden Krankheit vorbeugen kann, nebst einigen dringenden Unglücksfällen stehen geblieben sind; wobei ich aber ebenfalls ernstlich rathe, falls die ersten Versuche, die man an sich macht, erfolglos bleiben, oder das Uebel sich vermehren sollte, einen Arzt zu rufen.

Zweites Hauptstück.

Die Anwendung in einzelnen Fällen.

Abweichen, Diarrhöe, Durchfall (siehe Unterleibsbeschwerden).

Aerger, Zorn, Schrecken. Sehr schädlich ist es, während solcher Aufregung Speise oder Trank zu sich zu nehmen. Der an und für sich unschuldigste Bissen kann sich hier leicht in Gift verwandeln. Tritt daher eine solche Gemüthsbewegung während der Mahlzeit ein, so höre man sogleich auf zu essen,

und trinke höchstens ein Glas frisches Wasser, und auch dieß während der Aufwallung nur schluckweise und abgebrochen; desto mehr aber trinke man Wasser, nachdem man ruhiger geworden, wasche Gesicht und Brust, und kehre erst nach vollkommener Beruhigung zum Essen zurück. Sollten sich Beschwerden des Magens dennoch einstellen, so unterstütze man die Wirkung des Trinkens durch erwärmende Umschläge über die Magengegend und mit Sitzbädern.

Ansteckung von Krankheiten an Orten und bei Personen, welche damit behaftet sind. Das beste Verwahrungsmittel dagegen ist fleißige, tägliche äußerliche und innerliche Anwendung des kalten Wassers, welches vermöge seiner Kälte den Ansteckungsstoff abhält oder tödtet, indem die Organe gestärkt, und besonders die gefährdete Hautthätigkeit zur Abwehr der von außen einwirkenden Schädlichkeiten in Stand gesetzt wird. Man trinke daher recht oft frisches Wasser, und wasche früh und abends, auch unter Tags, so oft man von Orten oder Personen zurückkommt, wo die Krankheit herrscht, den ganzen Körper, vermeide dabei jedes Uebermaß im Essen und Trinken, sey mehr als gewöhnlich auf Reinlichkeit der Kleidungsstücke, besonders der Leibwäsche, und hauptsächlich auf öftere Erneuerung der Luft in den Zimmern bedacht, mache täglich mäßige Bewegung im Freien, und vermeide zu große körperliche oder geistige Anstrengungen. Da man an diesem Verhalten das sicherste Schutzmittel besitzt, so wird auch das Gemüth, selbst in bedenklichen Zeiten, seine Fassung behaupten, und die Furcht, die Beängstigung, die oft al-

lein hinreicht, Krankheiten zu erzeugen, nicht mehr ihre schädliche Einwirkung äußern.

Augenschmerzen. Wenn diese von mechanischen Verletzungen, von Stößen, Verwundungen, eingedrungenem Staub u. dgl., kurz von außen herrühren, so ist das kalte Wasser das vorzüglichste Heilmittel; nichts vermag besser die Schmerzen zu lindern und der Entzündung vorzubeugen, als unausgesetzte Anwendung kalter Umschläge über das verletzte Auge mittelst reiner in kaltes Wasser getauchter Leinwandläppchen. Auch bei jedem andern sich einstellenden Augenweh kann man viel eher zu diesen Umschlägen seine Zuflucht nehmen als zu Augensalben und geistigen Augenwassern. Mindert sich aber der Schmerz nicht bald, so versäume man ja nicht, den Arzt zu befragen. Man will bemerkt haben, daß die Freunde der Wassercur häufig an den Augen leiden, und benützt diesen Umstand, andern dagegen Mißtrauen einzuflößen. Ich erkläre, daß diese Besorgniß völlig ungegründet ist. Großentheils rühren diese Leiden von andern Ursachen her, wenn die Augen nemlich schon an sich geschwächt, durch anstrengende Arbeit noch mehr ergriffen sind und vielleicht auch der Wassergebrauch unzweckmäßig eingerichtet wird. Am allermeisten bedürfen die zarten Organe des Auges vieler Schonung und Ruhe und einer sehr sanften Behandlung. Uebrigens wenn schon sonst aufgeregte Krankheitsstoffe sich in Folge der Wassercur oft sich auf die weichern Körpertheile werfen, um vollends auszuscheiden, so tritt dieser Fall zuweilen auch bei den Augen ein, und man würde nur irren, wollte

man die Augen da verstärkter behandeln, während nur auf die Vertilgung jener Stoffe hinzuwirken ist.

Beängstigung, Beklemmung und Herzklopfen sind gewöhnliche Erscheinungen bei Vollblütigkeit, bei Störungen des Blutumlaufes und bei Unterleibsbeschwerden. Man vermeide die erhitzenden und reizenden Nahrungsmittel und Getränke, genieße mehr Pflanzen- als Fleischkost, trinke dagegen viel Wasser, besonders während der Mahlzeit, und wende täglich außer der gewöhnlichen Abwaschung des ganzen Körpers auch noch ein bis zwei Sitzbäder, abwechselnd mit Fußbädern und Klystiren, an.

Erfrieren. Ein erfrornes Glied wasche, begieße und umhülle man fleißig mit ganz kaltem Wasser, selbst Schnee oder Eiswasser, bis das Uebel geheilt ist, und Empfindung und Bewegung zurückkehren; man bewahre es aber sorgfältig vor schneller Erwärmung, damit es nicht absterbe, so wie vor jedem Drucke, weil es sehr leicht bricht. Handelt es sich aber um die Wiederbelebung eines Erfrornen, so bringe man denselben in ein kaltes Zimmer, entkleide und belege ihn mit Schnee, oder lege ihn mit erhöhtem Kopfe, daß Mund und Nase frei bleiben, in kaltes Wasser, bis eine feine Eisrinde sich um den Körper anlegt, und derselbe aufzuthauen anfängt. Dann nehme man ihn heraus, wasche, reibe, begieße ihn mit weniger kaltem Wasser, bis er Zeichen des Lebens von sich gibt. Nun wird er abgetrocknet in ein kaltes Bett gebracht, irgend ein Riechmittel ihm vor die Nase gehalten,

oder vorsichtig Luft in die Lungen geblasen, wenn nicht etwa der Athem schon von selbst zurückgekehrt ist. Auch spritzt man ihm kaltes Wasser abwechselnd ins Gesicht und auf die Herzgrube, während man den Körper zugleich mit trocknen Tüchern reibt, bis er völlig zu sich kommt. Erst nach und nach darf man ihn in ein gelind erwärmtes Zimmer bringen, und etwas warme Fleischbrühe ihm eingießen.

Füsse, kalte. Man nehme jeden Abend vor dem Schlafengehen ein kaltes Fußbad und reibe während desselben die Füße fleißig mit den Händen oder auch mit wollenen Lappen.

Geschwüre; und zwar zuerst das Nagelgeschwür, auch Fingerwurm genannt, welches am häufigsten die weibliche dienende Klasse befällt und quälet. Das Uebel kündet sich durch heftige reißende Schmerzen in einem der ersten Fingerglieder, und dunkelrothe Anschwellung desselben an. Alsogleich setze man diesen Finger der anhaltenden Einwirkung des kältesten Wassers aus, bis Schmerz und Aufschwellung sich verloren haben. Man tauche ihn nämlich längere Zeit in das frischeste, oft erneuerte Wasser und überlege ihn dann mit kaltgenäßter Leinwand; am besten wird er unter die Röhre eines fließenden Wassers gehalten und zuletzt zugebunden. Ist der Schmerz aber bereits klopfend, besonders bei Nacht, und jede Berührung außerordentlich schmerzhaft, so mache man fest anliegende, und länger darauf bleibende erwärmende Umschläge, auch wenn die schmerzende Stelle — hier jedoch frühzeitig genug — durch einen Wundarzt geöffnet werden

müßte, fahre man wieder mit den erwärmenden Umschlägen bis zur Heilung fort.

Andere, besonders beim Gebrauch der Gräfenberger Wasserkur häufig vorkommende Arten sind der Aiß, die Blutgeschwüre und Furunkel. Diese verlangen anhaltend bis zur Heilung fortgesetzte erwärmende Umschläge mit kaltem Wasser. Die auch sonst an verschiedenen Theilen des Körpers, besonders den Füßen entstehenden Geschwüre, die meistens mit innern Krankheitsursachen, als Scropheln, Gicht, Hämorrhoiden, Syphilis zusammenhängen, erfordern gleichzeitig die innere Wasserkur, wobei kräftiges Schwitzen die Hauptsache ist, während äußerlich und örtlich nur erwärmende Umschläge angewendet werden. Bei sogenannten varicösen oder Krampfadergeschwüren läßt Prißnitz mit großem Erfolg auch kalte Buttenbäder nehmen, wobei der kranke Fuß täglich mehrmal, in hohe, ziemlich enge hölzerne Gefäße bis an die Schenkel herauf in kaltes Wasser gestellt, wenigstens eine halbe Stunde lang darin gelassen, dann aber wieder in erwärmende Umschläge gewickelt wird.

Halsschmerzen. Sind sie katarrhalischer Natur, so weichen sie oft schon dem unausgesetzten Gebrauche von Mundbädern, wobei man das Wasser immer einige Zeit im Munde behält, bevor man wieder frisches Wasser nimmt; äußerlich werden nebstbei festanliegende Umschläge angewendet. Bei einiger Hartnäckigkeit muß man zum Gräfenberger Schwitzen seine Zuflucht nehmen. Erscheint das Halsweh aber in Begleitung von Unterleibsbeschwerden, so tritt die dort angegebene Behandlung ein.

Hämorrhoiden, goldene Ader. Diese in neuern Zeiten allgemein gewordene Plage, besonders der höhern Volksklassen, ist eine Folge wie so mancher Verkehrtheiten der Civilisation, so insbesondere des beim Genuße üppiger und geistiger Nahrung und sitzender Lebensart vernachlässigten Wassergebrauches. Die Hämorrhoiden mögen blind oder fließend, schleimig oder blutig seyn, so thut man am besten, sich aller künstlichen Arzneien zu enthalten, hauptsächlich aber die unzweckmäßige Lebensart zu ändern, an die Stelle der zu nahrhaften warmen Speisen einfache kühle Kost, der geistigen, reizenden Getränke bloßes frisches reichliches Wasser, der Unthätigkeit und anderer Naturwidrigkeiten Bewegung in freier Luft, eine vernünftige Lebensordnung und häufige Kaltwaschungen und Kaltbäder zu setzen. Oeftere Sitzbäder und kalte Wasserumschläge an den schmerzhaften Orten, mit welchen man auch zu Bette geht, sind hier sehr heilsam, auch kalte Klystire bei stärkerer Blutung. Finden sich örtliche Beschwerden ein, am Rückenmark, im Kopfe und an der Brust, so dienen kalte Begießungen des Rückens vor dem Schlafengehen und Umschläge. Weichliche Betten und Sitze sind gänzlich zu meiden. Nur mittels Diät und dauernden allseitigen Wassergebrauches ist dieses Uebel, selbst wenn es ererbt worden, gründlich zu heilen.

Heiserkeit erfordert den längern Gebrauch von Mundbädern, und erwärmende Halsumschläge, auch leichtes Schwitzen mit folgendem kalten Abwaschen.

Husten. Dieser rührt von katarrhalischer Angegriffenheit der Athmungsorgane. Er läßt sich ab-

thun durch wiederholte, aber kleine Gaben von frischem Wasser, die man langsam trinkt, während äußerlich der Kehlkopf bis zur Magengrube hinab einen erwärmenden Umschlag erhält, den man täglich 4—6 mal erfrischt. Ist der Husten mit stechenden Brustschmerzen und schwerem Athem verbunden, so ist Rath und Hülfe des Arztes nöthig. Hat er nur seinen Grund im Unterleibe in daselbst angehäuftem Schleime oder andern Stockungen, so empfiehlt sich reichlicher Genuß des frischen Wassers und die Anwendung von erwärmenden Umschlägen auf den Unterleib, auch jeweiliger Sitzbäder.

Hypochondrie und Hysterie, jene beim männlichen, diese beim weiblichen Geschlecht, bestehen in einer eigenen Verstimmung und übermäßigen Empfindlichkeit des Nervensystems, verbunden mit Trägheit in den Verrichtungen des Unterleibs und der Verdauungsorgane, bei mitleidendem Geiste. Da derlei Kranke meistens nur mit sich selbst und ihrem Zustande beschäftigt, voll der Einbildungen, voll Aengstlichkeit, Unzufriedenheit und übler Laune sind, und dadurch sich und andern zur Plage werden, so ist dieses Uebel eben so hartnäckig als quälend. Demselben zu begegnen, beobachte man vor allem eine in jeder Hinsicht strenge und mäßige Diät, genieße fast gar nichts Warmes, unternehme zerstreuende Beschäftigung, nützliche Arbeiten, mache viel Bewegung im Freien, wo möglich in angenehmer Gesellschaft und bewege sich körperlich bis zur Ermüdung. Dabei trinke man mit gehöriger Beobachtung von Zuwenig und Zuviel reichlich frisches Wasser, vorzüglich bei

Tische, so wie nüchtern und vor dem Schlafengehen, und gebrauche außer den gewöhnlichen kalten Waschungen auch noch 1—2 Sitzbäder, im Sommer aber Flußbäder. Am besten und sichersten ist es freilich für diese Kranken, die volle Wassercur, und zwar in Gräfenberg oder einer andern Wasserheilanstalt selbst zu gebrauchen, wo Natur und Gesellschaft, gleichwie die gänzlich veränderte Lebensweise sehr heilsam auf den Geist einwirken.

Katarrh, Schnupfen ist eine Entzündung der Schleimhaut der Nase, oft auch des Kehlkopfes und entsteht von schnell unterdrückter Ausdünstung oder Erkältung. So lang dieser Zustand fieberlos ist, genügt leichtes Schwitzen und darauf folgendes Abwaschen. Auch hier ist fleißiges Trinken des kalten Wassers Grundbedingung des Genesens. Hat jedoch der Katarrh ein Fieber im Geleite, so muß der ganze Körper in feuchte Tücher geschlagen und in die Wolldecke eingepackt werden; dieß wiederholt man öfter, jedoch nicht mit ganz kaltem, sondern mit mehr oder weniger lauem Wasser, je nach der Empfindlichkeit des zu Heilenden, bis die Haut warm zu werden beginnt, worauf man mit dem letzten Umschlag in der Wolldecke liegen bleibt und schwitzt. In geringen fieberhaften Zuständen reichen auch Sitz- und Fußbäder aus.

Knochenbrüche. Bis zur Einrichtung derselben durch einen Wundarzt gebrauche man anhaltend und schnell nach einander gewechselte kalte Umschläge, um Entzündung und Geschwulst zu verhüten. Nach der Einrichtung des Gliedes muß der Ver-

band anfangs recht oft, später seltener mit kaltem Wasser befeuchtet und mit trockenem Tuche überdeckt werden. Ruhe und Diät bei reichlichem Genuß frischen Wassers sind besonders während der ersten Tage nachdrücklichst zu empfehlen.

Kolik, Leibschmerzen. Man trinke frisches Wasser in kleinern, recht oft wiederholten Gaben und gebe dem Unterleib kalte Umschläge, die sich anfangs schnell folgen müssen, später aber längere Zeit liegen bleiben können, um mehr erwärmend zu wirken. Auch Sitzbäder und kalte Klystiere helfen, des Uebels bald los zu werden.

Kopfschmerzen, Migraine. Hat man Ursache zu glauben, daß sie Vorboten von Unterleibsbeschwerden sind, so hat die dort beschriebene Behandlung einzutreten; sind sie katarrhalischer oder rheumatischer Natur, so ist das Schwitzen vorzüglich angezeigt, auch sind Sitz- und Fußbäder sehr heilsam, während welcher kalte Umschläge auf den Kopf kommen, die erneuert werden, sobald sie sich erwärmen. Gleichzeitig kann ein erwärmender Umschlag in den Nacken gelegt werden.

Krämpfe, leichte an einzelnen Theilen, werden schnell durch tüchtiges Reiben der Gliedmaßen mit kaltem Wasser entfernt.

Kreuzweh. Es ist in den allermeisten Fällen ein Zeichen der Hämorrhoiden, seltener rheumatischer Natur, und muß in beiden Fällen gleich diesem Uebel behandelt werden. Ein anderes Kreuzweh entsteht aber öfters bei körperlichen Arbeiten durch das

Bücken, welches man seines plötzlichen und heftigen Eintretens wegen auch Hexenschuß nennt. Dieses peinliche und hartnäckige Uebel verlangt anfangs kalte Begießungen oder Douchen auf die leidende Stelle, dann anhaltendes Tragen erwärmender kalter Umschläge, die so lange liegen bleiben, bis sie zu trocknen beginnen.

Nasenbluten. Vollblütige Personen sollten es als eine wohlthätige Selbsthilfe der Natur nicht zu schnell stillen. Gegen zu reichliches und anhaltendes zieht man kaltes Wasser durch die Nase, wäscht reibend sich Gesicht, Hals und Nacken, und macht im Nothfall kalte Umschläge über die Geschlechtstheile.

Nervenschwäche verlangt zur Heilung öftere kalte Waschungen, im Sommer auch Flußbäder und Douchen, fleißiges Trinken, viele Bewegung in freier Luft und eine angemessene mehr kalte als warme Kost.

Ohnmacht. Man bringe den Kranken in die freie Luft, oder lasse solche auf ihn einwirken, lockere alle beengenden und fest anliegenden Kleidungsstücke auf, werfe ihm stoßweise und in Absätzen kaltes Wasser in's Gesicht, bis er zu sich kommt.

Quetschungen, Verrenkungen, Verstauchungen. Sie werden anfänglich mit ganz kalten Umschlägen behandelt, bis Geschwulst und Schmerz sich verloren haben. Dann bleiben aber die Umschläge als wärmende liegen, bis der verletzte Theil seine Beweglichkeit wieder erlangt. Man frottirt auch öfter des Tages den kranken Theil mit der flachen

Hand, die in kaltes Waſſer getaucht worden. Sollte eine Unbeweglichkeit zurückbleiben, ſo muß außer den fortwährenden Umſchlägen auch die Douche, etwa zweimal des Tags, während 15—30 Minuten angewendet werden.

Rheumatismus. Wer an den täglichen äußerlichen und innerlichen Gebrauch des kalten Waſſers ſich gewöhnt hat, wird von dieſem eben ſo häufigen als läſtigen Uebel nicht viel zu leiden haben, da, wie wir wiſſen, kalte Waſchungen die Haut beleben, ſtärken und ſie gegen äußere ſchädliche Einflüße unempfindlich machen, der Rheumatismus aber hauptſächlich in der Empfindlichkeit der Haut gegründet iſt. Wer davon befallen iſt, wird daher auch in kalten Waſchungen, ſowohl des ganzen Körpers als des leidenden Theiles das Gegenmittel finden. Letzteres werde des Tages mehrmal wiederholt, dabei aber der ſchmerzende Theil tüchtig mit Waſſer eingerieben. Will das Uebel dieſer Behandlungsweiſe nicht weichen, ſo muß man zum Gräfenberger Schwitzen ſeine Zuflucht nehmen, während deſſen ſtets ein erwärmender Umſchlag über den kranken Theil liegen ſoll; auch das Douchen iſt oft damit in Verbindung zu bringen.

Schläfrigkeit, zu große, iſt meiſtens Folge fehlerhafter Lebensweiſe, großer Unthätigkeit und daraus entſpringender Vollblütigkeit. Außer zweckmäßiger Diät und vieler Bewegung ſind täglich zweimal kalte Waſchungen wie auch Sitzbäder anzuwenden, während welcher man in's kalte Waſſer getauchte Tücher über den Kopf legt.

Schlaflosigkeit entspringt meistens aus derselben Quelle, wie zu große Schläfrigkeit und wird wie diese behandelt. Rührt sie aber von zu großer Aufregung der Nerven her, so nehme man zu den Waschungen, anfangs mit lauwarmem Wasser, seine Zuflucht und gehe nur allmählig zu ganz kaltem über; auch Sitzbäder von abgeschrecktem Wasser sich wohlthätig.

Schwindel ist meistens Folge von Vollblütigkeit und Andrang des Blutes nach dem Kopfe. Bei Vermeidung aller erhitzenden Genüsse, auch des vielen Fleisches, trinke man fleißig frisches Wasser, und wasche den Kopf täglich mehrmal mit kaltem Wasser, oder belege ihn mit oft gewechselten kalten Umschlägen. Sitz- und Fußbäder sind dabei auch heilsam.

Unterleibsbeschwerden, die unter den verschiedensten Gestalten aufzutreten pflegen, und demnach sowohl in der Kunst- als in der Volkssprache verschiedene Namen tragen, werden dem Gebrauche des kalten Wassers um so sicherer und schneller weichen, je jünger sie sind, und je weniger mit Arzneien bereits gegen sie eingeschritten wurde. Sie verlangen im Allgemeinen den reichlichsten Genuß des kalten Wassers, wobei für diejenigen, welche an dieses Getränk der gütigen Natur noch nicht gewöhnt sind, zu bemerken ist, daß sie mit ganz kleinen, soviel möglich immer gleichen und oft wiederholten Quantitäten beginnen, bis sie zu täglichen wenigstens 2—3 Maß sich erheben. Allmählig können sie auf 6 Maß steigen, wenn anders sie nach so reichlichem Genuß keine Beschwerden fühlen. Nebst dieser innerlichen Anwendung des kalten Wassers muß man den ganzen Körper

ein- oder noch besser zweimal kalt abwaschen, am besten Morgens, nachdem man gerade das Bett verlassen hat, also in der Bettwärme, selbst im Schweiße, und Abends vor dem Schlafengehen. Dabei ist aber eine in jeder Hinsicht mäßige und geregelte Lebensweise, Vermeidung alles Geistigen, alles Reizenden, alles Fetten und alles Heißen, so wie fleißige Bewegung in freier Luft so unerläßlich und wesentlich, daß ohne sie keine Genesung zu hoffen ist. Die einzelnen Arten der Unterleibsbeschwerden verlangen aber außerdem noch ein besonderes Verfahren mit dem kalten Wasser, wie ich es sogleich kurz angeben werde.

1. Abweichen, Diarrhöe, Durchfall. Ist dies Folge einer plötzlich veränderten Lebensweise, wie namentlich beim Beginne der Wassercur zu geschehen pflegt, wobei aber der Durchfall immer schmerzlos ist; ist er ferner ein kritischer, d. h. ein Bemühen der heilenden Natur, schädliche Stoffe aus dem Körper zu entfernen: so soll man ihn gar nicht zu stillen suchen. In Fällen von schwächender Heftigkeit oder zu langer Dauer aber nehme man zur Heilung Sitzbäder, 2, 4 bis 6mal des Tages, von einer halben bis ganzen Stunde Dauer, Umschläge um den Unterleib, die öfters gewechselt werden, endlich Morgens und Abends ein Klystier, und zwar nach Beschaffenheit der persönlichen Umstände mehr oder weniger kalt. Auch ist dabei weniger Bewegung als Ruhe des Körpers zu empfehlen.

2. Anschoppungen, in dem einen oder andern Eingeweide des Unterleibs, verlangen festanliegende kalte Umschläge entweder über den ganzen Unterleib, oder in der Gegend des leidenden Theiles,

welche dann auch während des Tages behalten werden, ferner 1—2 Sitzbäder und 1—2 Klystiere täglich. Auch sanftes Douchen der leidenden Unterleibsgegend, wo es angeht, ist gleichzeitig sehr zu empfehlen. Heftiges Douchen des Magens jedoch ist immer zu vermeiden.

3. Appetitlosigkeit. Sie weicht der unter 1. gegebenen allgemeinen Behandlung.

4. Aufstoßen, Blähungen, Erbrechen, Magenkrampf, Sodbrennen und Unverdaulichkeit. Je heftiger diese Zufälle sind, desto öfter des Tages sind kalte Umschläge über die Magengegend zu legen, deren letzter dann, vor dem Schlafengehen genommen, auch über Nacht liegen bleibt. Abwechselnd damit ist der Magen mit der flachen öfters in kaltes Wasser getauchten Hand kräftig zu reiben, auch sind täglich 1—2 Sitzbäder zu brauchen. Es versteht sich, daß zu gleicher Zeit die Ursachen dieser Beschwerden, also Uebermaß der Speisen überhaupt, und Genuß der unverdaulichen, fetten insbesondere, zu meiden sind. Das in Gräfenberg vorkommende Sodbrennen dürfte dem Heißhunger, mit dem auch schwächliche Personen Massen von Fleisch- und Mehlspeisen, namentlich der fetten Gerichte von Schweinfleisch, so wie von Butter und Milch verschlingen, zuzuschreiben seyn. Man vergißt dort gänzlich, daß die Kaltwassercur wesentlich auch eine Diätcur ist.

5. Bei Magenkrampf, Magenschwäche und Unverdaulichkeit, die vielleicht schon Monate und Jahre lang quälten, ist neben dem innerlichen und äußerlichen Gebrauche des kalten Wassers noch das Vermeiden aller, nicht blos heißen, sondern

schon der warmen Speisen nöthig, so wie auch vor andern nur mageres Fleisch, vorzüglich von Kalb und Huhn zu empfehlen. Sind die genannten Beschwerden Folge krankhafter Ablagerungen auf den Magen, oder zu reichlichen Gebrauchs verschiedener Arzneien, oder gar einer organischen Verbildung des Magens, so ist in den beiden ersten Fällen das Gräfenberger Schwitzen von vorzüglicher Wirkung und zur Heilung unerläßlich; im letzten Fall dagegen die gänzliche Hebung des Uebels ohnehin durch gar kein Mittel zu erwarten; doch kann es durch fleißigen Wassergebrauch gelindert werden und zwar erfolgreicher als durch geistige Wasser.

6. Hartleibigkeit, Verstopfung. Dieses oft sehr hartnäckige und von vielen schlimmen Folgen für den ganzen Körper begleitete Uebel weicht sicher einer ausdauernden Behandlung mit kaltem Wasser. Es muß reichlich getrunken, dabei viele Bewegung gemacht, und dabei schwer verdauliche Nahrung gemieden werden. Dann sind täglich mehrere Sitzbäder und Klystiere zu nehmen, wobei die Furcht höchst ungegründet ist, als würde sich die Natur so daran gewöhnen, daß ein natürlicher Stuhlgang nicht mehr zu Stande kommen könne. Kann man Douchen gebrauchen, so sind sie sehr wirksam, doch dürfen sie den Unterleib nicht mit aller Kraft, sondern nur sanft berühren.

7. Magensäure, Unreinigkeiten in den Gedärmen, Verschleimung. Das schnellste Mittel, die Schärfen und Unreinigkeiten, die sich bei diesem Uebel oft in unglaublicher Menge in den er-

sten Wegen angesammelt haben, zu entfernen, ist das Wassertrinken in reichlichem Maße bis zum Erbrechen oder Durchfall; eine Wirkung, die sich jedoch nicht immer erzwingen läßt. Jedenfalls muß man täglich viel Wasser trinken, schwitzen, baden oder sich abwaschen, und viele körperliche Bewegung machen. Auch erwärmende Umschläge über den ganzen Unterleib und Sitzbäder zeigten sich bei den genannten krankhaften Zuständen sehr wirksam. Bei der Verschleimung werden auch Mundbäder sehr gerühmt.

Verbrennung. Ist es möglich, so halte man den verbrannten Theil des Körpers so lang in kaltes, oft erneuertes Wasser, bis die Schmerzen abnehmen; darauf oder gleich schon anfänglich, wenn obiges nicht thunlich, werden kalte Umschläge übergelegt, und anfangs in kürzeren, allmählig aber in längeren Zeiträumen mit frischen gewechselt, bis sie zuletzt, als erwärmende gebraucht, die gänzliche Heilung bewirken.

Vergiftung verlangt Trinken des Wassers in großer Menge, bis ein mehrmaliges Erbrechen erfolgt; dann kalte Klystiere, halbstündlich wiederholt, endlich erwärmende Umschläge auf die Magengegend. Ist die dringendste Gefahr auf die angegebene Weise beseitigt, so wird noch ein mehrmaliges Schwitzen und Abwaschen von gutem Erfolg seyn.

Verwundung. Sie mag geschehen wie oder wo sie wolle, nur sogleich kaltes Wasser angewendet! Entweder setze man den verletzten Theil dem Wasserstrahl aus, oder halte ihn in's Wasser, oder mache fleißig gewechselte Umschläge, bis die Blutungen immer geringer werden, und Schmerz und Geschwulst

verschwinden. Dann erst werden anliegende erwärmende Umschläge bis zur gänzlichen Heilung angewendet.

Zahnschmerzen. Meistens weichen diese dem Gebrauche der Mundbäder, bei welchen man soviel als möglich kaltes Wasser in den Mund nimmt, und es immer mit frischem wechselt, zu gleicher Zeit die Backen mit trockenen Händen tüchtig reibend. Oft heilen Zahnschmerzen, besonders rheumatische, schnell dadurch, daß man das Zahnfleisch über den schmerzenden Zähnen mit dem Finger so lange reibt, bis es blutet, und auch äußerlich den Backen mit der fleißig in kaltes Wasser getauchten flachen Hand bestreicht.

Anhang.

Meine Reise nach Gräfenberg

im September 1837.

An Vincenz Prissnitz.

Endlich ward er erfüllt, der Wunsch, dich kennen zu lernen,
Deine Schöpfung zu seh'n, selber auf Gräfenberg dort!
Staunen erregend ist's, unglaublich, wer nicht es gesehen,
Wie du ohne Arznei Wunder von Heilungen wirkst;
Wie mit Kleinem du Großes erzielst, und dem Leben zurückgibst,
Was schon dem Tode verfiel. Heil dir, o glücklicher Mensch!
Drang des Herzens ist's mir, auch jenen, die nie dir genahet,
Dankbar zu zeichnen dein Bild, treu, zu gebührendem Ruhm! —
Einfach im Reden und Thun, wie dem Sohn der Natur sich geziemet,
Ruhig, bescheiden und still, immer besonnen und klug;
Redlich, unfähig des Trugs, stets freundlich, doch würdigen Ernstes,
Sanft, voll Sprache das Aug', kündend den forschenden Geist,
Schlichten Verstandes, vereint mit Scharfblick und treffendem Urtheil,
Kräftigen Willens zugleich, muthig verfolgend das Ziel:
Dieses bist du, und mehr; denn es schlägt ein Herz dir im Busen
Glühend für Wahrheit und Recht, liebend um Andre besorgt. —
Solcher Gaben Verein ließ Großes von dir nur erwarten
Wohl in jeglicher Art menschlichen Strebens und Seyns;
Doch es gefiel, zu unserem Frommen, der gütigen Vorsicht,
Daß als geborner Arzt kühnere Bahnen du brachst.

Andere schöpfen aus Büchern, es quillet ihnen der Honig
Tausendjähriger Kunst von dem Katheder herab:
Du bedurftest nicht Buch, nicht Lehrer, es führte der Zufall
Einer verwundeten Hand dich in den Tempel des Heils,
Lehrte dich kennen zuerst die heilenden Kräfte des Wassers,
Strömend aus häuslichem Brunn, kalt und lebendig und rein.
Daß nicht äußerlich bloß, daß auch innerlich heilen es müsse,
Blieb nicht lange dir fremd, machten Versuche gewiß.
Weislich übtest du sie an Thieren zuerst, bis die Menschen
Auch sich besannen des Heils, allmählig flüchtend zu dir.
Also erfandst du die Kunst, zu bekämpfen gar mancherlei Uebel
Blos durch des Wassers Gebrauch, immer nur wechselnd die Form.
Längst zwar benützten Galene es auch, doch selten und zaghaft:
Vollkommen keiner wie du, allseitig, sicher, gewandt! —
Möge denn wachsen dein Ruhm, unsterblich leben deine Name;
Möge die herrliche Kunst schöner entfalten sich stets;
Und in den Dank für des Wassers heilige Macht von dem Himmel,
Mische sich unser Gebet auch für die Deinen und dich.

Hinsichtlich meiner Reise glaube ich blos für jene, die über Olmütz nach Gräfenberg reisen, bemerken zu müssen, daß von da aus bis Gräfenberg weder Poststraße noch Eilwagen, oder Extrapost mehr besteht, und man also die letzten 13 Stunden entweder mit eigenen Pferden, was jedoch der schlechten Straßen wegen nicht anzurathen ist, oder mittels Lohnkutschers zurücklegen muß. In Olmütz wird man gut thun, im Gasthause zum Goliath abzusteigen, weil man da gut und billig bedient wird, auch sehr oft Retourfuhren nach Gräfenberg, immer aber mehrere Lohnkutscher findet, die bereit sind, um 14 fl. Conv.-Mz. einspännig in einem gedeckten Steyrerwagen, und um 26 fl. Conv.-Mz. zweispännig in einer Kalesche bis Gräfenberg zu fahren. Von den auf der Fried'schen Karte von Mähren vorgezeichneten zwei Commerzialstraßen, deren eine über Neustadt, Schönberg und Ullersdorf, die andere über Außen, Groß-Heilendorf und Hannsdorf führt, wird die erste Route nur selten befahren, obschon sie der geradeste und mithin der kürzeste Weg zu seyn scheint; die Lohnkutscher schlagen meistens die zweite Straße ein, und gehen insofern von der Karte ab, als sie nicht über Außen fahren, sondern auf der Poststraße nach Böhmen bleiben bis Müglitz, von wo sie erst nördlich über Hohenstadt nach Groß-Heilendorf ein-

lenken. Wer aber das Unglück hat, das mir widerfuhr, von einem Knechte geführt zu werden, der noch nie in Gräfenberg, und nicht weiter als bis Müglitz gekommen war, der merke sich wohl, daß, wenn man nach Hohenstadt kommt, man nicht in die Stadt selbst, sondern blos außerhalb der Stadtmauer, gleich rechts feldeinwärts nach Groß-Heilendorf fahren müsse, wozu kaum eine halbe Stunde erfordert wird. Da ich dieß nicht wußte, und durch die Stadt fuhr, kamen wir erst nach zwei Stunden auf einem Umwege dahin. Derselbe Fall trat im Dorfe Olleschau ein, von wo aus die Karte deutlich zwei Wege zeigt, deren einer links nach Böhmen, und der andere rechts nach Eisenberg, Hannsdorf zu, führt, wo ich übernachten sollte. Da es aber dem Wirthshause in Olleschau nicht an der Stirn geschrieben steht, daß es ein Durchhaus sey, durch welches der Weg nach Hannsdorf führt, so fuhren wir vorüber und gerade fort; erst nach geraumer Zeit entdeckte ich den Irrthum: wir mußten umkehren, hatten wieder eine Stunde Weg verloren, und so kam es, daß ich erst mit sinkender Nacht Hannsdorf erreichte, wo ich schon frühzeitig Abends hätte seyn können. Zum Glücke ward ich unterwegs gewarnt, nicht in dem dortigen Wirthshause einzukehren, wo Menschen und Vieh eine schlechte Unterkunft fänden, sondern beim Erbrichter, der zwar auch nur ein Bauernhaus, aber im ersten Stock zwei sehr hübsch und modern eingerichtete, mit blendend weißen seidenen Betten versehene Gastzimmer besitzt, und wo ich weit besser und billiger als irgendwo auf der ganzen Reise bewirthet wurde. Bis

Hannsdorf, 5 Meilen von Gräfenberg, geht die Reise in der Ebene fort, da die Straße sich viele Stunden weit am Fuß der Berge hinschlängelt, von denen man sich eingeschlossen sieht. Hier aber beginnt der gebirgige Theil der Reise, und man legt bis über Goldenstein und Spornhau hinaus einen Berg nach dem andern zurück, auf deren Gipfel man aber stets eine wunderliebliche Aussicht in die umliegenden freundlichen Thäler genießt; der Weg ist größtentheils holpericht und steinig; die letzte Meile jedoch fährt man auf vortrefflicher Straße in einem sehr schönen fruchtbaren Thale. Als ich gegen Freiwaldau kam und zufällig links schaute, erblickte und erkannte ich aus der lithographirten Abbildung, die ich besitze, freudig überrascht, ziemlich hoch oben, das freundliche Gräfenberg mit seinen zerstreuten, vom Berg herabhängenden Häusern. Ein Uebelstand ist es, daß man noch nicht einmal daran gedacht hat, hier, wo der Weg sich von der Strasse nach Freiwaldau trennt, einen einfachen Pflock in die Erde einzusetzen, mit der Inschrift: „Weg nach Gräfenberg," um den müden und kranken Reisenden nicht der Gefahr auszusetzen, noch am Ziele der Reise einen Umweg zu machen, und unnöthigerweise bis nach Freiwaldau hineinzufahren.

Es litt mich nicht mehr im Wagen, ich stieg aus und ging raschen Schrittes den Berg hinan, meiner geschäftigen Phantasie mich überlassend, die mir das neben mir hinabrieselnde Wasser als den Ausfluß der Bäder, unrein, verpestet, und mit Gicht-, Skrophel- und syphilitischem Gifte u. dergl. ge-

schwängert, die Häuser oben als eben so viele Wohnungen verwunschener Prinzen und Prinzessinnen vormalte, die ihre reine Menschengestalt verloren, contract, lahm, aussätzig u. s. w. geworden sind; mitten unter ihnen den wohlthätigen Zauberkönig Prißnitz, der sie nach einander entzaubert, sie gehend, sehend, rein und gesund macht. Sein Zauberstab ist Wasser, gemeines kaltes Quellwasser, und gerade deshalb, weil es nichts Selteneres, nichts Wunderbares ist, will die närrische Welt noch immer nicht recht daran glauben.

Endlich stand ich vor Prißnitz selbst und sah dem seltnen Mann ins Angesicht; ich fand ihn weder so hübsch, noch so geistreich, oder fast zu sagen, schlau und verschlagen, als er im Portrait (von Petter), das man in Wien verkauft, erscheint; dagegen gebricht diesem der Ausdruck von Gutmüthigkeit, Ruhe und Besonnenheit, der über sein ganzes Wesen verbreitet ist.*) Er führte mich seiner Frau auf, einer

*) Herr Petter in Wien hatte während seines Aufenthaltes in Gräfenberg sowohl Prißnitz als dessen Frau gemalt, und mit den schönen Gemälden beiden ein Geschenk gemacht. Nach diesem Gemälde wurde in Wien die erste lithographische Abbildung Prißnitz's verfertigt und verkauft, und dieser Lithographie wieder das Steindruckbild von Held-Ritt's Wasserbuch entnommen. Nach einstimmigem Urtheil der Gräfenberger aber gelungener ist die Steindruckzeichnung, die im Jahre darauf Hr. Horn verfertigte und dem Publikum mittheilte. Eine dritte Steinzeichnung wurde in München vor Kurzem mitgetheilt, nach dem Gemälde der liebenswürdigen und kunstreichen Gräfin von Rechberg, welche ebenfalls von der schönsten der Musen hiemit ein dank-

einfachen, hübschen und verständigen Blondine, welche die Wirthschaft aus dem Grunde versteht, und das ganze, zu große Hauswesen allein regiert. Beide sind keine Bauern, weder im Anzuge noch in Manieren, sie sind eigentliche Bürger von Freiwaldau. Da in den vier Häusern, die Prißnitz gehören, schon jedes Plätzchen besetzt war, wurde ich in eines der nächsten abwärts liegenden Bauernhäuser einquartirt. Das ist nun freilich eine schlechte Unterkunft, mit der sich kaum unsere Domestiken für gewöhnlich begnügen würden, und die einen verweichlichten Städter von der ganzen Kur abschrecken würde, wenn die Schmerzen, deren er um jeden Preis los werden möchte, ihn nicht mahnten, sich zu ergeben, und der Nothwendigkeit zu fügen! Ueber eine schlechte, schmale und beinahe senkrechte Stiege gleich am niedern und schmutzigen Eingange trat ich in ein winzig kleines Kämmerchen, durchaus mit Brettern verschlagen, und so niedrig, daß, wer mehr als 5 Schuh mißt, mit dem Kopf an die Querbalken stößt, die über die hölzerne Zimmerdecke gezogen sind, was anfänglich, bis man gewöhnt ist, gebückt darin zu gehen, nicht selten kräftige Stöße absetzt. Als Einrichtung befand sich darin eine Bettstätte, unten mit bloßem Stroh gefüllt, darüber ein dünnes Federbett, dann ein einziges Betttuch, zwei kleine Kopfkissen, endlich eine große und schwere Tuchet oder Oberbett zum Zudecken, ferner ein kleiner Komodkasten mit zwei Schubladen, ein Tischchen und zwei Sessel, alles

---

bares Opfer auf den Altar des Genius von Gräfenberg zu legen sich gedrungen fühlte.

massiv aus Tannenholz gearbeitet, dann Stiefelknecht, Bettgefäß, eine Flasche, zwei Gläser und ein Weidling als Waschbecken. Wem eine Matratze unentbehrlich ist, der bekommt sie um billigen Preis in Freiwaldau zu leihen, übrigens rathe ich jedem, der in eine solche Kuranstalt sich begeben will, das nothwendige Bettzeug mit sich zu nehmen, besonders eine Decke, Polster und Leintücher; außerdem vergesse er nicht, Handtücher und andere Leinwand zu Umschlägen, ferner warme Oberkleidung, dann Spiegel, Regenschirm, Scheere, Messer, Papier, Feder und Tinte einzupacken, und wohl auch eine Taschenuhr mitzunehmen. Kaum hatte ich meine Sächelchen in Ordnung, so ertönte vom großen Bretterhause oben die Glocke zum Mittagessen. Es war ein eigener überraschender Anblick, als ich in den Speisesaal trat, einen 90 Schuh langen Saal mit 3 Reihen von Tischen, damals noch jeder mit 56 Gedecken, daher in Allen 168 Personen, Herren und Frauen, arm und reich, groß und klein, ohne Unterschied durcheinander. Am ersten Tische links präsidirt Prießnitz Morgens, Mittags und Abends; hier ist er für Jeden zu sprechen, und wird auch vor, während und nach der Mahlzeit vielfach in Anspruch genommen, da der eine dies, der andere jenes zu berichten oder zu fragen hat, ohne sich im Geringsten zu geniren, so daß es in dieser Hinsicht gewiß nirgends so aufrichtig, so offenherzig, so laut, so heiter und so fröhlich zugeht als hier. Wir bekamen Schöberlsuppe, Rindfleisch mit saurer Sauce, und — zu meinem Befremden — mit enormen eingesalzenen Gurken, die beinahe täglich erscheinen, dann grüne Erbsen

mit Fleischkrapfen; da jedoch die Gemüse mit Ausnahme von Kohl und Kraut hier ziemlich selten sind, so wird mit Kalbs-, Schöpsen-, Schweins-, auch Hühner- und Entenbraten nebst süßem oder sauren Salat, so wie mit gemeinen Mehl- und Germspeisen abgewechselt. Ich fand alles gut, weich und schmackhaft zubereitet, nicht bloß an diesem Tage, sondern auch während meines ganzen sechzehntägigen Aufenthaltes. Daß das Fleisch dann und wann, wie es besonders bei älterem und frisch geschlachteten Vieh der Fall ist, etwas zähe oder hart, und hie und da eine Speise weniger gut gerathen ist, dies geschieht wohl überall in jeder Haushaltung; es ist daher höchst unbillig, die Schuld davon auf Prißnitz oder seine Frau zu werfen, oder im Allgemeinen über die Kost zu klagen. Zum Dessert kam und kommt täglich Butter. Am wenigsten befriedigte mich das schwarze Brod; man sollte es jedenfalls einige Tage alt werden lassen, und nicht so neugebacken, daher zu weich und noch feucht, hergeben; übrigens wird den ganzen Tag Weiß- und Milchbrod, so wie ungewürzter Lebkuchen, dessen Genuß zu vielem Trinken reizen soll, und Obst, wie es die Jahreszeit liefert, feilgeboten, und ist nicht untersagt. Frisches, kaltes Wasser wird über Tisch, so wie im Verlauf des Vormittags ungemein viel getrunken; Prißnitz empfiehlt dessen reichlichen Genuß — etwa 3 Maß oder 20 Gläser als das gewöhnliche tägliche Quantum — allen seinen Patienten, theils als Ersatz der durch das Schwitzen dem Körper entgangenen Feuchtigkeit, theils als Heilmittel, damit es die schädlichen und krankhaften Stoffe verdünne, auflöse und zur Aus-

scheidung geeignet mache. So bequem es in dieser Hinsicht ist, daß die beste und kälteste Trinkquelle in in Gräfenberg gleich rückwärts vom großen Speisesaal ausmündet, und daher den ganzen Tag in Anspruch genommen wird, so sehr ist es zu bedauern, daß gerade dieser Ort, der an andern Heilquellen den Kurgästen einen so freundlichen und einladenden Aufenthalt darbietet, bisher gänzlich verwahrloset blieb, und durch die herrschende Unreinlichkeit und den abscheulichen Zugwind, so wie durch die nicht sehr anständige Nähe des Abtritts höchst unangenehm und abschreckend ist.

Da das ganze Heilverfahren nur dahin gerichtet ist, durch die verschiedenartige Anwendung des kalten Wassers die Natur, d. h. die dem Menschen angeborne, innere Heilkraft zur freien Thätigkeit anzuregen, den Organismus zu stärken und zu befähigen, die krankhaften Stoffe auf beliebige Weise von selbst auszuscheiden, so weiß Prißnitz auch nichts von Schwächung des Körpers durch Entziehung der Nahrung, oder Vorschreibung einer besondern oder ängstlichen Diät, mit Ausnahme der ausländischen Gewürze und geistigen Getränke, welche durchaus streng verboten sind. Im Gegentheil ist es bei ihm Grundsatz, nicht nur seine Kranken so viel essen zu lassen, als sie Lust dazu fühlen, sondern ihnen sogar derbe und nicht leicht verdauliche Kost vorzusetzen, was die glückliche Folge hat, daß sie Muth und Vertrauen schöpfen, wenn sie sehen, wie sie ohne Nachtheil Dinge genießen, die sie in gesunden Tagen kaum, oder nie zu essen sich erlaubt hätten, und daß die durch die Kur angeregte und gestärkte Verdauungskraft in guter Uebung erhalten wird.

Allerdings ist Alles, was man hier den ganzen Tag über zur Heilung unternimmt, Schwitzen, Baden, Douchen, Trinken, sich in freier Luft bewegen und auf Bergen herumtummeln, ganz geeignet, die Eßlust anzuregen, es wird aber auch besonders zu Mittag, — da Morgens und Abends nichts als kalte Milch und Butterbrod genossen wird, — so unglaublich und über allen Begriff viel gegessen, daß ich von meinem Erstaunen nicht zurückkommen konnte, und, wenn ich nicht gewußt hätte, daß ich mich unter lauter Patienten, unter Menschen, die von den mannigfaltigsten Krankheiten heimgesucht sind, befinde, ich hätte glauben müssen, es seyen eben so viele ausgehungerte, gesunde und rüstige Taglöhner vor mir.

Es ist dieß nun zwar ein großer, unbestreitbarer und wichtiger Vorzug der Wasserkur vor allen andern Heilmethoden, daß sie der Eßlust nicht nur keinen Abbruch thut, sondern sie sogar bedeutend vermehrt, indem man hier in kranken Tagen viel mehr ißt als zu Hause in gesunden, weil die ganze hiesige Lebensweise die Natur zu Ausgaben veranlaßt, welche nur durch eine verhältnißmäßig größere Einnahme ersetzt werden können; allein man kann alles übertreiben und ich stehe nicht an, zu behaupten, daß das Vieleſſen hier in eine Art Manie oder Sucht ausgeartet ist, welche für die Kur unmöglich gleichgültig seyn kann. Ich werde später auf diesen Punkt zurückkommen.

Nach Tische besprach ich mich mit Prißnitz über meine eigenen Gesundheitsumstände, und erzählte ihm, wie durch unermüdet und lang fortgesetztes Kaltwaschen und Wassertrinken alle meine vielfältigen Uebel und Beschwerden sich nach und nach ver-

loren, mit Ausnahme eines chronischen Schnupfens*), der statt abzunehmen sich vermehre und mich mehr beläſtige. Er meinte, ich würde die eigentliche Wasserkur, vorzüglich Schwitzen und Baden, sicherlich mit gutem Erfolge dagegen gebrauchen, und rieth noch an demselben Abend eine allgemeine Abwaschung als Vorbereitung vorzunehmen, und mich deßhalb an meinen Hauswirth zu wenden.

Es hat hier nämlich jeder behauste Bauer einige Zimmer oder Kammern, die er an Badegäſte vermiethet, und zu diesem Behufe seinen eigenen Röhrbrunnen und ein damit in Verbindung stehendes Badestübchen mit den zur Kur erforderlichen Geräthschaften und Wannen, deren eine mit zu- und abfließendem Wasser gefüllt ist; zudem ist er vertraut mit der Manipulation der Kur, und macht den Baddiener bei den männlichen, wie seine Frau die Dienerin bei den weiblichen Gästen, wofür er sich von jedem taxmäßig wochentlich 1 fl. Conv.-Mz. für das Zimmer, 1 fl. für das Bett und 40 kr. für die Bedienung zahlen läßt. Zum Behufe der Abwaschung nun hieß mein Hauswirth mich ganz entkleiden, gab mir blos ein Leintuch um, und darüber meinen Mantel, und eigene geflochtene Strohschuhe an die Füße; er führte mich hinab zum Hause hinaus in's Badstübchen zu einer nur wenig mit temperirtem Wasser, das 18° R. haben mochte, gefüllten Wanne, ließ mich hineinsetzen und rieb mir einige Minuten den ganzen Körper tüchtig mit Wasser ab, worauf ich

*) Eine spätere Erfahrung hat mich jedoch gelehrt, daß dieser mein Schnupfen bloß von meinem vielen Tabakschnupfen herrührt.

schnell in demselben Costüme in's Zimmer zurückkehrte, mich reibend abtrocknete, anzog und Bewegung machte.

Sehr unbequem und unangenehm ist es aber für die in den Bauernhäusern einquartirten Gäste, daß die Badekammern nicht im Hause selbst, sondern außer demselben sich befinden und man daher entkleidet, wie man ist, mehr oder weniger im Freien, mithin dem Regen und Winde ausgesetzt gehen muß, um ins Bad zu gelangen, wobei man sogar nicht selten im Kothe watet, da nicht einmal für erhöhte und gepflasterte Zugänge dahin (Trottoirs) gesorgt ist.

Solche Abwaschungen oder Vorbereitungsbäder in nicht ganz kaltem Wasser läßt Prißnitz übrigens je nach der Individualität des Kranken, besonders bei zarter Leibesbeschaffenheit oft längere Zeit hindurch vornehmen, ehe er erlaubt, ganz kalt in voller Wanne zu baden.

Gegen 7 Uhr rief mich die Glocke zum frugalen Nachtmahle — kalte Milch und Butterbrod — in den Speisesaal zurück; es sind diese paar Stunden vor dem Schlafengehen hier nicht selten die geselligsten, angenehmsten und fröhlichsten; man darf Tabak rauchen; es bilden sich Spiel- und Plaudergruppen; es wird Clavier oder ein anderes Instrument gespielt, gesungen und hie und da ein Tänzchen gemacht, endlich fällt in diese Zeit auch die ersehnte Erscheinung des Briefboten zur Uebergabe und Abnahme der Briefe, die man empfängt oder abschickt.

Als ich von der Reise ermüdet, frühzeitig den Saal verließ, um nach Hause zur Ruhe mich zu be-

geben, regnete es sehr stark, und auf der Gasse war es zu meinem Befremden stockfinster; nach fruchtlosem Herumtappen im Kothe, mußte ich umkehren und einen Diener aufsuchen, der mit einer Laterne mich in meine Wohnung begleitete; ein großer Uebelstand, dem leicht abgeholfen werden könnte, wenn sowohl Prißnitz als auch die andern Bauern die Wege und Zugänge zu den Häusern durch Pflastern oder Aufschütten von Sand, in bequemern gangbaren Stand setzen und Abends beleuchten lassen wollten, damit man vor sich hinsehen könnte, und nicht Gefahr liefe, bis über die Knöchel in den Koth zu sinken, oder wohl gar beim Hinabsteigen des Berges, auf dem schlüpfrigen Boden auszugleiten und hinzufallen. *)

Müde, wie ich war, schlief ich köstlich auf meinem harten Lager, ward aber schon vor 4 Uhr des andern Morgens von meinem Wirthe, des ersten Schwitzens wegen, aufgeweckt; er hieß mich aufstehen, nahm das Leintuch und die von Prißnitz ausgeliehene abgenähte Decke weg, und breitete die Tags zuvor gekaufte wollene Kotze (eine kleine kostet 6, eine große 8 fl. Conv.-M.) über das Bett; nun mußte ich mich nackt auf den Rücken ausgestreckt hinlegen, und nachdem ich die Urinflasche zwischen die Beine genommen, begann er mit gewandter Hand sein gewohntes Manöver, vom Kinn bis zu den Füßen

*) Mancherlei Verbesserungen in diesem Punkte, sind inzwischen schon wirklich theils geschehen, theils vorbereitet, besonders seitdem eine k. k. Kurinspektion von Seite der Polizei und des Militärs, die Anstalt beaufsichtigt.

mich wie ein Kind einfatschend, und die Kotze um den Leib herumwickelnd, und zwar durch Anziehen so fest, daß mir jede Bewegung beinahe unmöglich ward; zugleich band er mir mit dem zusammengelegten Leintuch die zwei Seiten des einen Kopfkissens so um den Kopf, daß nichts als Augen, Nase und Mund von mir sichtbar blieben; auf dieselbe Art umwickelte er mich mit der schweren Tuchet, dann noch mit der Decke, und breitete über alles dieses noch meinen Mantel aus. So überließ er mich meinem Schicksale, fragte sich aber von Zeit zu Zeit an, ob der Schweiß sich schon eingestellt habe.

Dieses unbewegliche Daliegen in den langen Wollhaaren, welche auf der bloßen Haut eine juckende Empfindung erregen, war für mich das Unangenehmste bei der ganzen Operation, aber auch nur die ersten Male; in der Folge schlief ich nach der Einwicklung gewöhnlich wieder ein. Bei meiner mehr trockenen Natur dauerte es über zwei Stunden, bis der durch die abgesperrte Ausdünstung und Wärme erzeugte Schweiß sich häufig und tropfbar einstellte; bei andern geht dieß viel geschwinder und richtet sich überhaupt nach Disposition, Witterung u. s. w. Nun öffnete mein Wirth das Fenster, und gab mir von Viertel- zu Viertelstunde ein kleines Glas frisches Wasser zu trinken. Beides geschieht in der Absicht, um durch den Zutritt der erfrischenden atmosphärischen Luft und durch den Labetrunk die Ermattung des Körpers zu verhüten, ihn abzukühlen, und vor zu großer Erhitzung und Aufregung zu bewahren; auch wird durch Trinken das Schwitzen ungemein verstärkt, jedoch nur dann, wenn der Schweiß bereits eingetreten ist, im

Gegenfalle hindert und vertreibt es den Schweiß. Andere Beförderungsmittel des Schweißes, für jene, die nicht leicht in Schweiß gerathen, sind gutes und festes Einwickeln, besonders in naßkalte Leintücher, so wie forcirtes Bewegen des Körpers, und Reiben der Hände aneinander, so gut es sich im festgewickelten Zustande thun läßt, nur darf man unmittelbar nach einer solchen Anstrengung nicht sogleich trinken.

Ich mochte schon zwei Stunden geschwitzt, folglich über vier Stunden in eingehülltem Zustande gelegen haben, als Prißnitz eintrat, und meinte, ich hätte lange genug geschwitzt (überhaupt soll man das Schwitzen ja nie bis zum Gefühle der Ermattung fortsetzen, und auch die Dauer desselben nicht willkührlich bestimmen, sondern sich dieselbe von Prißnitz angeben lassen). Nun wurde das Fenster zugemacht und ich von meinen Umhüllungen bis auf die Kotze befreit, welche nur so viel an den Füßen geöffnet wurde, daß die Strohschuhe konnten angezogen und die Urinflasche weggenommen werden. Jetzt hieß mich Prißnitz aufsitzen und die Hände herausstrecken, auf welche er bei untergehaltenem Weidling mehrmals kaltes Wasser goß, womit ich auch das Gesicht waschen mußte, nun erst stand ich sammt der Kotze aus dem Bette auf, ließ mir sie über Kopf und Leib hängen, packte die Enden mit beiden Händen, und so eingehüllt ging ich triefend von Schweiß ganz munter die Stiege hinab ins Badstübchen; Prißnitz voraus und mein Wirth mit Leintuch und Mantel mir nach. Prißnitz ließ mich nicht gleich in die volle kalte Wanne, sondern nachdem ich wieder Hände und Gesicht gewaschen und man mir die Kotze

abgenommen, zuerst wie gestern in die mit wenig temperirtem Wasser gefüllte Wanne steigen, wo mir alle Glieder tüchtig mit Wasser gerieben wurden. Hierauf erst begab ich mich in die volle kalte Wanne, wo ich nur einige Sekunden reibend verweilte, dann wieder in die erste Wanne und nach tüchtiger Abreibung abermals in die volle Wanne, wo ich mich niedersetzen und untertauchen mußte, und endlich zum letzten Male zurück in die erste Wanne, aus der ich nach kurzem Frottiren herausstieg, das Leintuch wieder über Kopf und Leib und den Mantel darüber bekam und in mein Zimmer zurückkehrte, wo ich wie gestern mich reibend abtrocknete, anzog und Bewegung machte. Frost fühlte ich gar keinen, im Gegentheile verbreitete sich kurz darauf eine wohlthätige Wärme und ein eigenes Gefühl von Erstarkung und Wohlseyn durch alle meine Glieder. Eben dieselbe Operation des Schwitzens und Badens wurde Abends vorgenommen; von dem folgenden Tag an ging ich aber gleich aus dem Schweiß in die volle kalte Wanne, jedoch stets mit der nie zu unterlassenden Vorsicht, vor dem Hineinsteigen Hände, Gesicht und Brust zu waschen. Der erste Augenblick ist freilich überraschend und um so unangenehmer, je langsamer und furchtsamer man ins Wasser steigt; ich rathe daher sehr an, im Hineinsteigen den Athem an sich zu halten und schnell den ganzen Körper einzutauchen, und das Wasser über den Kopf zusammenfließen zu lassen, dann sitzend alsogleich alle Glieder, besonders die leidenden Theile, gut abzureiben, anfänglich kaum eine halbe bis zu einer ganzen Minute, nie aber länger als 5 Minuten darin zu blei-

ben, wenigstens nicht ohne Prißnitz's ausdrückliche Zustimmung, und ist dieß ein großer Fehler vieler Kurgäste, ohne dessen Anordnung oder Gutheißung 15 — 30 Minuten in der kalten Wanne sitzen zu bleiben, vielleicht gar noch unthätig, ohne sich zu frottiren, welches doch dem sich einstellenden Froste am sichersten entgegenarbeitet, und die Hautthätigkeit ausnehmend befördert.

Uebrigens ist es ein zwar noch allgemein verbreitetes, aber nicht minder ungegründetes und durch die tägliche Erfahrung sattsam widerlegtes Vorurtheil, zu glauben, daß dieser Uebergang von Hitze zur Kälte, dieses Abwaschen des Schweißes im kalten Wasser, wie es in Gräfenberg und andern derlei Kurorten geschieht, schädlich sey, und daß einen wohl gar der Schlag treffen könne. Allerdings könnte dieß geschehen, wenn man jenen Schweiß kalt abwaschen wollte, den man durch vorhergehende körperliche Anstrengung, durch Laufen, Tanzen, Sprechen, Arbeiten erzeugt hat, sowie auch in diesem Zustande der Erhitzung ein kalter Trunk höchst schädlich ist, und wenn nicht plötzlichen Tod, doch eine tödtliche Krankheit zur Folge haben kann; allein es ist ein großer wesentlicher Unterschied zwischen dem von Innen heraus durch eigene Thätigkeit und Wärmeentwicklung des Körpers hervorgebrachten Schweiße, wobei das Blut in heftige Bewegung geräth, den ich deshalb den activen (thätigen) Schweiß nennen möchte, und jenem, der bei gänzlicher Ruhe des Körpers durch äußere Einwirkung, Wärme der Atmosphäre, Bedeckung des Körpers und Absperrung der Ausdünstung verursacht wird, und den man im

Gegensatze mit jenem den passiven (leidenden) Schweiß nennen könnte. Daß man bei einem solchen passiven Schwitzen ohne den mindesten Nachtheil kalt trinken könne, beweiset die tägliche Erfahrung im heißen Sommer, besonders in südlichen Ländern, z. B. in Neapel, wo den ganzen Sommer hindurch in allen Gassen Eiswasser verkauft wird, und von den Vorübergehenden, triefend vom Schweiße, getrunken wird, ohne daß man deßhalb von Katarrhen oder andern dadurch erzeugten Beschwerden höret; so wie auch der Umstand dafür spricht, daß man in Gräfenberg und in allen andern Wasserkuranstalten den unter der Decke Schwitzenden absichtlich kaltes Wasser zu trinken gibt, weil es den Schweiß befördert. Daß man endlich einen solchen Schweiß ganz unbeschadet auch mit kaltem Wasser abwaschen könne, sieht man täglich in jeder Wasserheilanstalt, wo von den vielen Tausenden, welche diese Operation schon vorgenommen haben, und noch täglich vornehmen, keinen Einzigen der Schlag getroffen hat, oder ein anderer Unfall ihm begegnet ist, besonders wenn man die oben erwähnte Vorsicht beobachtet, ehe man in's kalte Wasser steigt, Hände, Brust und Gesicht gut zu benetzen und so kurz als möglich, und immer sich derb und schnell abreibend, darin zu verweilen, — eine Vorsicht, deren Außerachtlassung allerdings schädliche Folgen haben kann, und namentlich in Gräfenberg schon hier und da, besonders bei Individuen mit schwacher Brust, Blutspeien verursacht hat. Endlich erweiset sich die Unschädlichkeit dieses kalten Abwaschens des Schweißes selbst durch die sogenannten russischen Dampfbäder, die auch bei uns

schon bekannt sind, und häufig in Anwendung gebracht werden, und wobei dieses Abwaschen des schwitzenden Körpers mit kaltem Wasser ebenfalls statt findet; nur waltet dabei der große und wichtige Unterschied ob, daß hier der Schweiß mittels eingeathmeter erhitzender Dämpfe erzeugt, dadurch das Blut- und Nervensystem gewaltsam aufgeregt, und die Lunge affizirt wird, so daß es außer allem Zweifel ist, es müsse bei längerem und häufigerem Gebrauche dieser Dampfbäder die Lunge Schaden leiden; während bei der von Prißnitz in Anwendung gebrachten Schwitzmethode dies alles durchaus der Fall nicht ist, da die Erfahrung sie als eben so mild und gefahrlos, wie wirksam und eingreifend darstellt. In der That hält Prißnitz dieses Schwitzen für das vorzüglichste Mittel, sowohl den Körper für die durchgreifende und den Organismus umstimmende Wirkung des kalten Wassers empfänglich und gleichsam mürbe und nachgiebig zu machen — wie er denn auch diese Wirkung mit jener des Hammers beim Schmieden des Eisens vergleicht, welches nur im Zustande der Glühhitze weich wird, den Schlägen des Hammers nachgibt und sich umformen läßt —, als auch um dadurch die Hautthätigkeit zu befördern, indem so viele Krankheiten in bloßer Störung oder Unterdrückung derselben begründet sind.

Daß die Natur selbst sich in vielen Fällen solcher entscheidenden (kritischen) Schweiße bediene, um irgend eine Krankheit im gefährlichsten Momente zum Brechen und Weichen zu bringen, erfuhr Prißnitz, wenn er es auch nicht früher gewußt haben sollte, bei Behandlung einer kranken Kuh, bei der seine

gewöhnliche kalte Behandlungsweise fruchtlos blieb, bis er sie eines Morgens zufällig, mit natürlichem Schweiße bedeckt, fand, womit zugleich eine merkliche Besserung ihres Zustandes eintrat. Von da an diesen Fingerzeig der Natur benützend, fing er an, sie durch Kunst in diesem wohlthätigen Bestreben zu erleichtern, und erfreute sich dabei eines um so glücklicheren Erfolges, als dadurch eine früher gemachte Erfahrung beseitigt und vermieden wurde, nemlich daß kalte Bäder ohne vorhergehendes Schwitzen leicht Brandblasen auf der Haut erzeugen und diese überhaupt spröde und unthätig machen.

Diesen Schweißen widmet Prißnitz daher auch eine besondere Aufmerksamkeit, macht gewöhnlich seine Krankenbesuche während ihres Ausbruches, und aus ihrer Beschaffenheit, ihrem Geruche erkennt er nicht selten die Natur der Krankheit und bestimmt darnach sein übriges Heilverfahren für jeden einzelnen Patienten hinsichtlich der Anwendung der kalten Sturz- oder Douchebäder, der Sitz- und Fußbäder, der Umschläge u. dgl. Uebrigens dürfen manche Patienten gar nicht schwitzen, andere nur wenig.

Da ich mir vorgenommen hatte, alle Haupttheile der Wassercur wenigstens versuchsweise mitzumachen und kennen zu lernen, so besuchte ich gleich in den ersten Tagen die Douchen, deren mäßigen Gebrauch Prißnitz mir in sofern erlaubte, als ich nicht zu sehr aufgeregt werden würde. Es bestehen in Gräfenberg bereits zehn Douchen, wovon 8 eine halbe Stunde weit oben im Walde sich befinden; zwei davon sind ausschließlich für das weibliche Geschlecht bestimmt, liegen am höchsten, haben zugleich die kälteste Tem-

peratur bei einer Fallhöhe von 11 bis 13 Schuh und einem mehrere Zoll dicken Wasserstrahle. Das davon abfließende Quellwasser in Rinnen gesammelt und fortgeleitet, bildet sechs Männerdouchen, deren eine abwärts von der andern liegt; die entfernteste, nemlich der Herkules mit 18', die Sophie (so heißt Frau Prißnitz) mit 19', die Concordia mit 11', der Saphir mit 16', der Ferdinand mit 17' und die Vincenz-Douche mit 18' Höhe; diese letztere und unterste hat den stärksten Strahl, da das von den oberen Douchen abfließende Wasser noch durch eine eigens hingeleitete Quelle vermehrt wird. Die zwei andern Douchen befinden sich bei den am Gräfenberge zu unterst liegenden Bauernhäusern, sind von geringerem Belange, weniger kalt und hoch, und werden nur hie und da bei schlechtem Wetter besucht, wenn man zu den andern nicht gehen kann. Uebrigens ist der Wärmegrad aller Douchen je nach der Tages- und Jahreszeit verschieden.

Die beim Douchen anzuwendende Vorsicht beschränkt sich darauf, daß man erstens nicht mit vollem Magen douche, und daß, wenn man sich durch Gehen und Bergsteigen zu sehr erwärmt hat, man sich nicht eher entkleide, als bis man nicht mehr aufgeregt ist und der Körper seine natürliche Wärme wieder erlangt hat. — Naht man sich dem Strahle, so fängt man ebenfalls damit an, sich Gesicht und Brust abzuwaschen, dann bildet man durch Ausstrecken und Ineinanderlegen der zehn Finger eine Art Brücke über dem Kopfe, unter welcher man sich dem Strahle aussetzt, um zuerst den ganzen Körper zu benetzen; dann läßt man den Strahl allmählich auf

Nacken, Schultern, Rücken, Bauch, Schenkel u. s. w. fallen, aber ja nicht unmittelbar auf Kopf, Brust und Magen; am längsten läßt man ihn auf den leidenden Theil wirken, bewegt sich dabei möglichst durch frottiren, bleibt anfänglich nur zwei und zuletzt 15 Minuten, zieht sich dann schnell an und macht rasche Bewegung, um das sich einstellende Gefühl der Kälte zu verscheuchen, welches um so schneidender ist, je länger man dem Strahle ausgesetzt blieb. Auch in dieser Hinsicht pflegen manche Curgäste es zu übertreiben, und statt 15 wohl 30—40 Minuten unter dem kalten Strahle zu verweilen, theils aus einer thörichten Bravour, theils in der irrigen Meinung, die Kur lasse sich forciren, und die Heilung sich viel schneller erzielen. Da nun im Gegentheile dieß Uebertreiben und Erzwingenwollen die Heilung wenigstens verzögert, wo nicht gar ihr hemmend entgegentritt, so kann ich allen jenen, welche Gräfenberg besuchen wollen, nicht ernstlich genug rathen, sich hinsichtlich der Art und Weise, wie sie die Kur gebrauchen sollen, gleich anfänglich an Prißnitz selbst zu wenden, und von ihm sich genau angeben zu lassen:

1. hinsichtlich des Schwitzens und Badens, wann, wie oft, wie lange sie schwitzen, wie oft und wie viel sie während des Schwitzens trinken sollen; dann ob sie gleich anfänglich nach dem Schwitzen in das kalte Wasser gehen und wie lang sie darin zu bleiben haben;

2. hinsichtlich des Douchens, wann und wie lang sie douchen, welche Douche sie wählen, und

welche Theile sie vorzüglich dem Strahl aussetzen mögen;

3. hinsichtlich des Trinkens, wie viel sie beiläufig den Tag hindurch und wann sie vorzüglich trinken sollen.

Dieselbe Vorsicht empfehle ich bei jeder andern Anwendungsart des kalten Wassers; ich bitte und warne, sich in Betreff dieser wichtigen Punkte ja nicht durch Anleitungen und Versicherungen anderer Kurgäste irre machen oder bestimmen zu lassen. Endlich warne ich auch vor einem andern hier nicht seltenen Mißbrauch und Fehler, daß man nemlich oft zweierlei Anwendungsarten des kalten Wassers unmittelbar nach einander vornimmt, und z. B. vom Bade oder der Douche weg gleich wieder ein Sitzbad nimmt, anstatt abzuwarten, und erst dann zu einer andern Gebrauchsweise zu schreiten, bis der Körper durch zweckmäßige Bewegung sich wieder gehörig erwärmt hat.

Was endlich die Wirkung der Prißnitz'schen Wasserkur anbelangt, so richtet sie sich sowohl rücksichtlich der Zeit und Dauer, als auch der Beschaffenheit der sich dabei einstellenden Zufälle und Veränderungen im Organismus, nach der Natur der Krankheit und der Leibesbeschaffenheit des Patienten. Die ersten Eindrücke, welche der Gebrauch dieser Kur schon in den ersten Tagen des Aufenthaltes in Gräfenberg hervorbringt, sind zwar meistens wohlthätiger und belebender Art: Wasser, Bewegung und Luft erhöhen die Eßlust, verschaffen guten Schlaf, erregen die Thätigkeit der Haut, erleichtern die Verrichtun-

gen des Magens und der Gedärme, und erheitern das Gemüth; allein nach einem kürzern oder längern Gebrauche der Kur erfolgen bei den meisten Kranken mancherlei lästige und oft sehr schmerzhafte Zufälle im innern und am äußern Körper. Man bezeichnet sie hier insgesammt mit dem Namen der „Krisen" (Entscheidungszufälle), denen man, sie mögen wie immer schmerzhaft seyn, mit Sehnsucht entgegen sieht, weil sie das sichere Zeichen des Angreifens der Kur sind, und mit größter Wahrscheinlichkeit auf das Gelingen derselben durch die erfolgende Genesung schließen lassen. Wir können uns den ganzen Vorgang dabei auf folgende Art erklären:

Während das kalte Wasser innerlich angewendet, vermög seiner Flüssigkeit überall hindringt, auflöset, Blut und Säfte verdünnt, und das Unbrauchbare zur Ausscheidung geeignet macht, wirkt es vermöge seiner Kälte als örtliches Reizmittel, vorzüglich beim Baden, auf die äussere warme Haut des Körpers, welche dadurch zur Thätigkeit erregt wird, d. h. daß die durch die Kälte im Momente der Erstwirkung nach innen gedrängte Körperwärme vermög ihrer Nachwirkung bald wieder um so rascher nach den mit kaltem Wasser berührten Stellen der Haut hineilt, und nach einem bekannten Naturgesetz so lange nach außen, d. h. in's Wasser strömt, bis dieses mit dem Körper die gleiche Temperatur erlangt hat und das Gleichgewicht hergestellt ist.

Da aber diese Anregung der Haut auf Kosten der Körperwärme geschieht, die durch ihr Ausströmen das Gefühl der Kälte erregt, so folgt daraus die

Nothwendigkeit, nach jeder solchen Anwendung des kalten Wassers, ja sogar nach vielem Trinken, sogleich gehörige Bewegung durch rasches Gehen u. dgl. zu machen, um die verlorne Wärme durch Aufreizung der noch im Körper schlummernden (latenten) Wärme zu ersetzen, was im Falle der Noth auch durch Frottiren und warmes Zudecken mit Decken erzielt werden muß.

Indem nun bei dieser Kur die äußere Haut täglich dreimal in ihrem ganzen Umfange, und auch öfter in theilweisen Bädern, mit kaltem Wasser bedeckt und gereizt wird, entsteht eine Strömung der Wärme, welche allmählig auch den Zudrang des Blutes und der Säfte aus den innern Gefäßen nach der gereizten Oberfläche vorwiegend hinzieht; ja die Wirkung dieses Hautreizes, nemlich dieser Zudrang der ganzen Säftenmasse nach der Hautoberfläche, ist von der Art, daß selbst Stockungen und solche schädliche Stoffe, die sich bereits ganz dicht um die Gegend der Knochen abgelagert haben, und der eigentliche Gegenstand der Krankheit sind, ihren Sitz nach und nach verlassen und diesem Zuge nach der Haut folgen müssen. Es bleibt dann noch die Aufgabe, diese unter der Haut sich sammelnden verdorbenen Stoffe und schädlichen Niederschläge aus dem Körper vollends hinaus zu schaffen. Dieß geschieht nun eben durch das täglich erregte mehrstündige Schwitzen, so wie durch den Urin und durch öfters entstehende Diarrhöen; daher kommt es auch, daß derlei Schweiße sehr oft mit allerlei kalk- und schwefelartigen und andern krankhaften Stoffen geschwängert, und nicht selten von stinkendem, sauren oder schimm-

lichten Geruche sind. Reicht aber die Ausschwitzung und Auswerfung für die verdorbenen Säfte nicht hin, oder sind todte Niederschläge in größeren oder kleineren Massen zur Haut geführt worden, so entzündet sie sich und es entstehen größere oder kleinere rothe Geschwulste, es bilden sich Ausschläge und Geschwüre, welche sich derlei todter Stoffe entledigen, oft lang, oft kurz dauern, ein scharfes oder geringes Jucken verursachen, da verschwinden und dort wieder in Vorschein kommen.

Vermag aber der durch die so sehr veränderte Richtung im Umlauf der Säfte und die mannigfachen Anstrengungen aller Art ohnehin in einem Zustande von Aufregung befindliche Körper die Ablagerungen kranker Säfte und Niederschläge mitten in ihrer Bewegung nach der Haut durch Schwitzen, Harnen, Eitern u. a. nicht schnell genug wegzuschaffen, oder lähmt sonst etwas eine organische Verrichtung, so treten nicht selten sehr bedeutende krankhafte Erscheinungen ein, die meistens mit Fieber begleitet, sehr schmerzhaft sind, und dem Zuschauer höchst bedenklich und gefährlich vorkommen. Bei solchen Zufällen nun, welche eigentlich und im engeren Sinne Krisen heißen, und um so öfter und stärker sich ereignen, je älter und schwerer das Uebel ist, beurkundet Prißnitz seine große Meisterschaft: mit bewunderungswürdiger Ruhe und Sicherheit weiß er den Sturm durch allerhand Auskunftsmittel — aber immer nur mittels des kalten Wassers in der verschiedenartigsten Anwendung*) — in kurzer Zeit zu

*) Hätte Prißnitz Medicin studirt, so würde er trotz seines

bändigen; bald muß der Kranke seinen Fieberanfall in der kalten Wanne bestehen, bald Sitzbäder, Umschläge oder Einreibungen vornehmen; bald wird er in nasse Leintücher gehüllt und mit Betten bedeckt;

Scharfsinns und seiner großen Beobachtungsgabe schwerlich der Erfinder so verschiedenartiger und vielseitiger Wirkungen und Anwendungsarten des kalten Wassers geworden seyn. Denn vertraut mit den Vorschriften der Schule und den Wirkungen der künstlichen Arzneimittel hätte er bei solchen Gelegenheiten wohl nicht der Versuchung widerstehen können, aus dem ihm bekannten Schatze der Medicamente zu schöpfen, um derlei unerwartete Zufälle und gefährlich scheinende Richtungen, die seinem eigenen Geständnisse nach, ihn anfänglich in nicht geringe Verlegenheit setzten, zu beseitigen. Allein alles medicinischen Wissens entblößt, auf sein einziges kaltes Wasser und sein mächtiges Vertrauen zu dessen Heilkraft beschränkt, wie er war, mußte seine Erfindungskraft um so mehr gesteigert werden, um mit einer und derselben Formel, womit er solche Erscheinungen heraufbeschworen, sie auch wieder zu verbannen. Nur dadurch, nur durch fortgesetzte Beobachtungen und Versuche gelang es ihm, seine jetzige Heilmethode zu entdecken und sie zur kunstgeübten Fertigkeit zu bringen, eine Methode, die sich vorzüglich durch zwei Eigenthümlichkeiten vor allen andern bis jetzt von Aerzten in Ausübung gebrachten Heilarten mit kaltem Wasser auszeichnet, nemlich: durch den Gebrauch kalter Bäder nach vorhergehendem Schwitzen, und durch das nicht immer direct, sondern auch ableitend angewendete kalte Verfahren, besonders bei innern und äußern Entzündungen mittels der Sitzbäder und Umschläge. Daß später auch die Behörden jede arzneiliche Zuthat von seinem Heilverfahren ausschlossen, als Bedingung des Fortbestandes seiner Anstalt, mußte vollends ihn auf sein Naturelement beschränken.

bald gibt man ihm kalte Klystiere, bald muß er viel oder wenig trinken: kurz hier muß man ihn sehen und seine Kunst bewundern, zugleich aber auch innig bedauern, daß bisher nur er allein auf der Welt sie so vollkommen versteht, und daß sie mit ihm absterben wird, wenn nicht talentvolle und unbefangene Aerzte durch anhaltendes Studium sich bestreben, an Ort und Stelle genaue Kenntniß dieser Kurart und die nöthige Sicherheit in diesem ihrem wichtigsten Theile zu erlangen.

Es versteht sich von selbst, daß wenn einmal alle Krisen überstanden, alle bösen Säfte aus dem Körper weggeschafft sind, wenn die freigewordenen gestärkten Organe zur naturgemäßen Thätigkeit gebracht sind, der Körper eben dadurch seine verlorne Gesundheit wieder erlangen müsse. Dabei gewährt aber diese Heilmethode den großen Vortheil, daß sie nicht auf einzelne Organe und körperliche Verrichtungen abgesondert, sondern auf alle Organe in ihrer Gesammtheit zugleich wirkt, und alle Körpertheile zu einer übereinstimmenden Thätigkeit beruft, worin eigentlich das Wesen der Gesundheit besteht. Eben so einleuchtend ist es, daß die Genesung um so schneller vor sich gehen müsse, je mehr sie von andern Einwirkungen begünstigt wird, vorzüglich durch den Genuß der freien Luft, durch Bewegung und durch die einfachste körperliche Ernährung (Diät). In Betreff dieser letzten kann ich nicht umhin, nachträglich noch etwas von der Kost in Gräfenberg zu sagen und offenherzig zu gestehen, daß ich mit Prißnitz's grundsätzlich ausgesprochener Meinung unmöglich einverstanden seyn kann, und

sehr fürchte, daß seine wenig gewählte, besonders für manche Konstitutionen und Gesundheitsumstände wenig passende, oft schwer verdauliche, allzu fette Kost, dazu ihr unmäßiger Genuß von Seite der Gäste, dem günstigen Erfolge der Kur nothwendig großen Eintrag thun müsse. Ich frage nämlich, ob der auch mäßige Genuß (wie erst der unmäßige) von schwarzem frischen Brode, von Schwein- und anderm fetten Fleische, von schweren Mehlspeisen und Gurkensalat u. dgl. sich überhaupt für Kranke, zumal für so verschiedenartige, eignen könne, und ob die hiesige Lebensart mit allen ihren günstigen Nebenumständen das Nachtheilige einer solchen Nahrung so zu beseitigen vermöge, daß keine schädlichen Nachwirkungen zu besorgen sind? Ich frage, ob dadurch nicht täglich und stündlich dem Patienten Stoffe zugeführt werden, die sein Magen weder der Quantität noch der Qualität nach zu verarbeiten und zu verdauen im Stande ist, und die nur durch das tägliche Schwitzen und den häufigen innern und äußern Wassergebrauch wieder aus dem Körper fortgeschafft werden können? Ich frage, ob die hier so häufig entstehenden Beschwerden des Aufstoßens und Sodbrennens wohl einen andern Entstehungsgrund haben können, als gerade diese höchst schwer verdauliche Kost? Ich frage ferner, ob nicht der Wiederkehr und Dauerhaftigkeit des Gesundseyns die wesentlichsten Hindernisse gelegt werden, wenn der Heilprozeß sich so vielfältig damit beschäftigen muß, zuerst die täglichen Diätfehler wieder gut zu machen, und ob dadurch die Kräfte des Körpers, welche nur gegen den Hauptfeind, die Krankheit, in Thätigkeit

zu setzen wären, nicht an selbstgeschaffenen Hindernissen ermüdet werden müssen? Ich frage endlich, und solche Fragen, die bloß das Beste der Anstalt, das Heil der Leidenden bezwecken, dürften wahrlich nicht als unberechtigt zu tadeln oder wohl gar übel zu deuten seyn, am allerwenigsten von dem biedern Prißnitz — ich frage, ob es nicht höchst wahrscheinlich ist, und deshalb durch Versuche ermittelt zu werden verdiente, daß bei einer passenden Auswahl der Nahrungsmittel, besonders für Kranke, deren Hauptleiden ohnehin im Unterleibe sitzt, und bei einer den Gästen dringend zu empfehlenden Mäßigung, die an und für sich so herrliche und wohlthätige Wasserkur zu Gräfenberg noch weit glänzendere Resultate liefern würde, als es bisher der Fall gewesen, und ob nicht die heilsame Einwirkung des Wassers auf den kranken Körper, mithin auch die Krisen und die vollständige Genesung bei zweckmäßiger Diät weit schneller und sanfter erfolgen; viele derjenigen Kranken aber, welche zwar gebessert und erleichtert, aber doch nur mit der tröstlichen Hoffnung Gräfenberg verlassen, erst in Folge der zu Hause fortgesetzten Kur ganz zu genesen, schon in der Anstalt selbst zu voller Gesundheit gelangen würden?

Schließlich glaube ich noch den Irrthum derjenigen rügen zu müssen, welche glauben, die Wasserkur könne wirklich verjüngern und dem Körper neue Lebenskräfte verleihen; dieß kann das Wasser eben so wenig, als irgend ein Heilmittel unter der Sonne; nicht einmal heilen und gesund machen kann es; — das kann nur die Natur- oder eigene Lebenskraft, die innere angeborne Heilkraft des

Menschen; sie allein vermag das Krankmachende aus dem Körper fortzuschaffen; Wasser und Arzneimittel aber können diese Kraft nur anregen, können die Natur in ihrem Heilbestreben erleichtern und unterstützen, können das Hinderniß wegräumen, welches die inwohnende Kraft lähmt, daß sie zu wirken unfähig wird: doch neue Kräfte können sie nicht geben, eben so wenig als neue Organe herschaffen. Wo die Lebenskraft zur Heilung nicht mehr hinreicht, da hilft keine Arznei mehr, da kann keine Genesung erfolgen; mithin kann und wird auch die Wasserkur bei abgelebten Greisen, bei Menschen, die ihre Lebenskraft vergeudet haben, oder wo das Uebel ganze Organe zerstört, oder durch lange Dauer das Uebergewicht erhalten hat, keine Wunder mehr wirken. Auch ist es Irrthum, zu glauben, man dürfe nach glücklich vollbrachter Wasserkur und erlangter Gesundheit sich alsogleich wieder der frühern, nicht sehr vernünftigen, unmäßigen Lebensart hingeben. Dies geschieht nie ungestraft, und nicht selten sind die Beispiele, daß bald erneuerte Ausschweifungen auch nach glücklicher Kur schnellen Tod herbeigeführt haben. Die Natur läßt sich nicht Gewalt anthun, und ist man klug, so wird man zu Hause das Wesentliche der Gräfenberger Methode fortsetzen, die Nachkur nur allmählig einstellen und der Enthaltsamkeit eingedenk, sich einer geregelten Lebensweise, einer vernünftigen Diät befleißen, damit der Körper sich allmählich des durch die Kur bewirkten Zudrangs der Säfte nach der Oberfläche entwöhne, und im normalen Zustande der Gesundheit beharre.

Was mich anbelangt, bin ich, Gott sey gedankt!

nach einem nur sechzehntägigen, für mich unvergeßlichen Aufenthalt und Gebrauch der Kur in Gräfenberg von einem vieljährigen Schnupfen vollkommen befreit worden, setze aber Tag für Tag bei jeder Witterung, die zur Nachlässigkeit verlockenden Launen beherrschend, die Kaltwaschung, das Kalttrinken standhaft fort, und befinde mich bei einer zwar geregelten, doch gar nicht ängstlich sclavischen Lebensweise gesund, rüstig, stark, heiter und froh, und fühle mich so jung, wie man im 52sten Lebensjahre nur immer sich zu rühmen im Stande seyn kann.

Nachschrift.

Nachdem seit dieser meiner Gräfenberger Reise schon bald 5 Jahre, seit dem Beginne meiner Kaltwasser-Diät aber bereits mehr als 8 Jahre verflossen sind, so halte ich es nicht für überflüßig, die Frage, die wohl bei manchem meiner Leser schon entstanden seyn dürfte, ob denn wohl die als so heilsam gepriesenen Wirkungen der Wasserkur sowohl, als der bloß diätetischen Anwendung derselben sich auch auf die Dauer bewähren würden, und ob ich nach Jahren wohl noch eben so körperlich und geistig gesund seyn und bleiben würde, hier nachträglich mit einem herzlich frohen Ja zu beantworten. Zwar muß ich bekennen, daß ich vor 14 Monaten in Folge übermäßiger Geistesanstrengung von einem Nervenfieber — einem eigentlichen typhus abdominalis — befallen

wurde; allein ich muß auch zu meiner und des Waſſers Rechtfertigung ſogleich hinzufügen, daß ich im erſten Augenblicke der Krankheit meinem Arzte erklärte, ich wolle — was es auch immer für eine Krankheit werden oder ſeyn möge — durchaus mit keinem andern Medicamente, als mit bloßem Kaltwaſſer behandelt werden, und daß die ſofort von ihm angewandte Methode mit kalten Abwaſchungen, Einhüllungen, Umſchlägen — kalten und erwärmenden, — dann Sitzbädern mit mehr oder weniger temperirtem Waſſer und mit reichlichem Kalttrinken einen ſo überaus günſtigen Erfolg hatte, daß ich ſchon nach 14 Tagen das Bett verlaſſen, und nach abermals 14 Tagen meinen Berufsarbeiten wie früher nachgehen konnte, zum Erſtaunen meiner Angehörigen und Bekannten, ſo wie aller derjenigen, die da wiſſen, was es heiße, mitten im Winter von einem Nervenfieber befallen zu werden, welches bekanntlich, wenn es nicht tödtet, doch in allen Fällen von viel längerer Dauer iſt, und eine langwierige Schwäche und Reconvalescenz nach ſich zieht. Mit Ausnahme dieſes bloß durch meine eigene Schuld und mein zu großes Selbſtvertrauen und Pochen auf meine Geſundheit mir zugezogenen acuten Uebels war ich alle dieſe Jahre hindurch meines Entſinnens nicht einen einzigen Tag unwohl, wußte nichts von allen den kleinen und größern Unpäßlichkeiten, Rheumatismen, Katarrhen, Hals-, Kopf- und andern Schmerzen, von denen die meiſten Menſchen, beſonders zur Winterszeit, befallen werden. Hatte ich hier und da in Speis und Trank das gewöhnliche Maß überſchritten, ſo legte ich mir am nächſtfolgenden

Tage strenges Fasten und reichliches Wassertrinken zur Buße auf, und stellte so immer das Gleichgewicht wieder her. Dabei war und bin ich Gottlob immer gleich muntern und heitern Sinnes, ungeachtet meiner häufigen und anstrengenden Berufsarbeiten. In dieser durch den Kaltwassergebrauch — in Verbindung des Genusses der freien Luft und körperlichen Bewegung — herbeigeführten glücklichen Lage befinde ich mich jedoch nicht allein, auch meine Frau, die noch vor wenig Jahren viel an Kopfschmerzen litt und mit jährlich wiederkehrenden Halsentzündungen, Husten und andern Uebeln der Vollblütigkeit zu kämpfen hatte, erfreuet sich einer zusehends bessern, ja ungetrübten Gesundheit, seitdem sie sich endlich, Gott sey Dank, zur unausgesetzten diätetischen Anwendung des Wassers entschlossen hat, nämlich zu täglichem Abwaschen des ganzen Körpers aus der Bettwärme und dabei tüchtigem Abreiben und zu vielem Trinken. Bei der leisesten Unbehaglichkeit nimmt sie sogleich zu Umschlägen — kalten oder erwärmenden, je nach Umständen — und zu reichlichem Trinken ihre Zuflucht, und hat bisher immer sich des besten Erfolges zu erfreuen gehabt. Sie ist gesund wie ein Fisch, blühend wie ein Rose, wird mit zunehmenden Jahren nicht älter und sieht ruhig und heiter dem so gefürchteten Zeitpunkte des Wechsels entgegen. In einem ähnlichen Falle befinden sich viele meiner Bekannten und Freunde, welche dem Wasser huldigen; alle loben und preisen seine herrlichen und segensreichen Kräfte und Wirkungen.

Druckfehler.

Seite 22 Zeile 11 von oben, anſt. Anthyeolutron lies Authyetolutron.
S. 40 Z. 3 v. o., anſt. Vater, der Arzneywiſſenſchaft Hippokrates lies Vater der Arzneywiſſenſchaft, Hippokrates
S. 62 Z. 10 v. u., ſtatt médicine lies médecine
S. 101 Z. 2 v. u., ſtatt mogen lies mögen
S. 145 Z. 1 v. o., ſtatt bei weiem lies bei weitem
S. 153 Z. 7. v. u., ſtatt einem lies einen
S. 155 Z. 10 v. o., ſtatt untadelhaftiger lies untadelhafter
S. 212 Z. 3 v. o., ſtatt im nächſten lies im vierten
S. 214 Z. 11 v. u., ſtatt empfingen lies empfinden
S. 216 Z. 13 v. o., nach Vieh ſtatt ; lies :
S. 216 Z. 8 v. u., nach gebrechе ſtatt : von lies . Von

A
large
volu
det
A
the
of

ti bo
The
turn
o'clo
o'cloc
set i

la
C